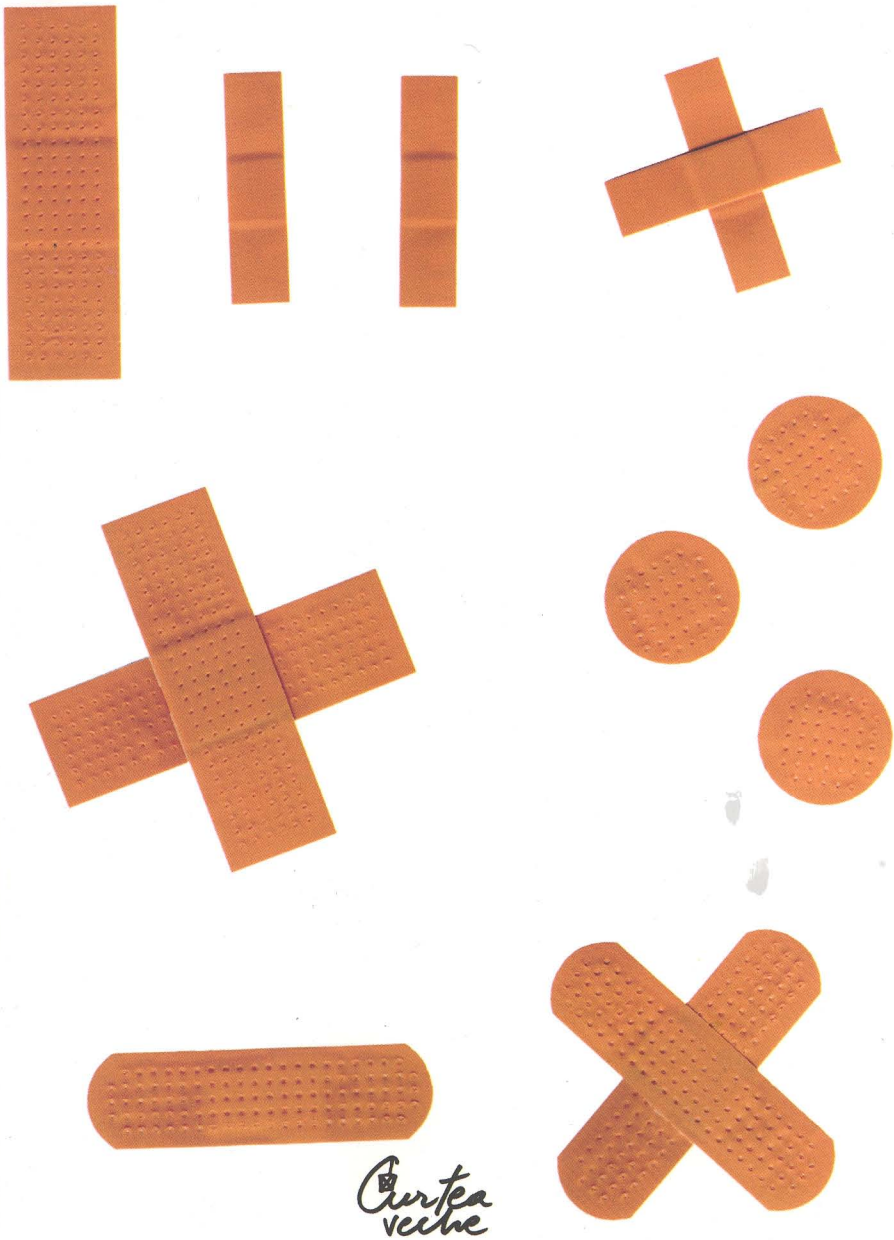
Dr. Laura SCHLESSINGER

Cum să-ți îngrijești soțul



Curtea veche

Femeile vor să fie îndrăgostite, să se mărite şi să trăiască fericite până la adânci bătrâneţi. Cu toate acestea, dispreţul manifestat faţă de bărbaţi şi dezinteresul în ceea ce priveşte valorile, sentimentele şi nevoile soţilor au devenit o caracteristică a relaţiei bărbat-femeie în zilele noastre.

Nenumăratele femei nefericite în căsnicie care îi telefonează **dr. Laura** în timpul emisiunii sale radiofonice par să nu înţeleagă aproape deloc puterea incredibilă pe care o au asupra bărbaţilor în a crea tipul de mariaj pe care şi-l doresc. În această carte, **dr. Laura** vă învaţă – prin exemple reale şi prin soluţii concrete – cum să vă folosiţi de această forţă pentru a obţine plăcerea sexuală, intimitatea, iubirea, bucuria şi pacea interioară de care aveţi nevoie pentru a trăi o viaţă de cuplu echilibrată şi fericită.

Principiile sale simple au salvat şi au revitalizat deja nenumărate mariaje aflate pe buza prăpastiei, schimbând existenţa a milioane de oameni. Pot face asta şi pentru dumneavoastră!

FAMILIA LA CURTEA VECHE

Pentru că toţi ne naştem, creştem, ne îndrăgostim, ne căsătorim, iubim, înşelăm, facem copii, divorţăm, plângem, uităm şi iertăm. Pentru că suntem singuri sau împreună, pentru că suntem părinţi sau copii, pentru că ne pasă de cine suntem, de cei din jur, şi mai ales pentru că fiecare dintre noi are o familie pe care o iubeşte şi vrea să o protejeze.

O colecţie intimă de sfaturi, probleme şi soluţii pentru fiecare membru al familiei; o familie cu adevărat fericită.

5 948486 005827

www.curteaveche.ro

CUPRINS

Mulțumiri .....

Nota autorului .....

Introducere .....

Îngrijirea și satisfacerea adecvată a nevoilor soților

1. Îngrijirea și satisfacerea *in*adecvată a nevoilor soților .....
2. Sindromul iepurelui alb .....
3. „Ești mofturoasă!" .....
4. Bărbații au sentimente? Serios? Cred că glumești! .....
5. „Poftim? Ce-ai zis, dragă? Ce vrei să spui?" .
6. Ce este sexul? .....
7. Un bărbat trebuie să fie respectat în casa lui .
8. Timpul petrecut cu băieții .....

Dr. LAURA SCHLESSINGER deține o specializare postdoctorală și este licențiată în Terapia Cuplului și a Familiei la University of Southern California, precum și în Consilierea Cuplului, Familiei și a Copiilor, în statul California. Este autoarea a șapte bestselleruri, conform *New York Times*, precum și a numeroase cărți pentru copii. Este, de asemenea, moderatoarea unui program internațional de radio, fiind și o împătimită navigatoare, biciclistă, adeptă a fitnessului și a ridicării greutăților. Dr. Laura strânge bani pentru Operation Family Fund, care susține, prin vânzarea bijuteriilor pe care le face singură, familiile soldaților căzuți la datorie. Dr. Laura locuiește în Sudul Californiei, împreună cu soțul ei.

De același autor la Curtea Veche Publishing au mai apărut: *10 motive stupide care distrug un cuplu* (2003) și *Greșelile părinților îi pot distruge pe copii* (2004).

Dr. LAURA SCHLESSINGER

Cum să-ți îngrijești soțul

Traducere din limba engleză de
ANTOANETA OLTEANU

Curtea veche

BUCUREȘTI, 2008

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
SCHLESSINGER, LAURA
Cum să-ţi îngrijeşti soţul / dr. Laura Schlessinger ; trad.: Antoaneta Olteanu. - Bucureşti : Curtea Veche Publishing, 2008
ISBN 978-973-669-493-6

I. Olteanu, Antoaneta (trad.)

159.922.1

Coperta: GRIFFON AND SWANS PRODUCTIONS
www.griffon.ro

LAURA SCHLESSINGER
The Proper Care & Feeding of Husbands

Copyright © 2004 by Dr. Laura C. Schlessinger.
Published by arrangement with HarperCollins Publishers, Inc.
All rights reserved.

© Curtea Veche Publishing, 2006
pentru prezenta versiune în limba română

ISBN 978-973-669-493-6

Familiei şi prietenilor care au fost alături de mine,
în semn de profundă recunoştinţă

MULȚUMIRI

Fără contribuțiile sincere, deschise, generoase și profunde ale publicului meu, această carte nu ar fi fost posibilă. Vă mulțumesc pentru că m-ați sprijinit în a-i ajuta pe alții.

NOTA AUTORULUI

Dacă ideile, sugestiile și tehnicile descrise în această carte vă vor îmbunătăți relația cu soțul (sau cu soția, dacă o convingeți s-o citească) și atitudinea față de propria persoană, de căsnicia și de viața dumneavoastră, este important să priviți această perspectivă optimistă și entuziastă cu mare atenție. Așa cum am scris în prima mea carte, *Ten Stupid Things Women Do to Mess Up Their Relationships* (*Zece lucruri prostești pe care le fac femeile pentru a-și strica relațiile*), dependențele, abuzul și legăturile extraconjugale încalcă acordul și justifică decizia de a rupe o relație. Dacă atitudinea unuia sau a ambilor soți este în mod evident distructivă, periculoasă sau malefică, această carte nu este de niciun folos.

Ea a salvat și readus la viață numeroase căsnicii tensionate, apatice, plictisitoare, dezamăgite, monotone, frustrante și chiar aparent terminate, așa cum o demonstrează foarte bine exemplele din viața reală. Am avut de-a face cu femei care telefonau aproape zilnic, criticându-i dur pe soții lor, vorbind despre consilierea conjugală care părea să nu dea niciun rezultat (așa-numitele „ore de chin"), ajunse la capătul răbdării în ceea ce privește ieșirea din criză a căsniciilor lor. După ce le-am rugat (ei bine, a fost chiar neplăcut) să încerce măcar *unul* dintre sfaturile prezente în această carte, de pildă, un compliment adresat zilnic soților lor (oricât de mic),

timp de cinci zile la rând, mi-au telefonat uimite la vederea rezultatelor pozitive legate de sentimentele lor, de comportamentului soților și de atmosfera din casă. Au constatat progresul! Se simt puternice! Sunt mai fericite! Căsniciile lor sunt din ce în ce mai armonioase.

Speranța mea profundă este ca această carte să aducă armonia și în casa dumneavoastră.

P.S. Lectura cărții poate avea influențe pozitive și asupra sănătății dumneavoastră! Conform biologilor de la Universitatea din Pennsylvania, „transpirația bărbaților are un surprinzător efect benefic asupra dispoziției femeilor. Ajută la reducerea stresului, conduce la relaxare și chiar influențează ciclul menstrual" (*The Orange County Register*, 15 martie 2003).

Dr. Laura C. Schlessinger, 2003

INTRODUCERE

„Ca bărbat, pot să-ți spun că nevoile noastre sunt simple. Dorim să fim satisfăcuți, vrem ca progeniturile noastre să beneficieze de îngrijirea unei mame și vrem să fim iubiți."

— VINCE

„Bărbații sunt interesați numai de două lucruri: dacă nu sunt excitat, fă-mi un sandvici."

— JOHN

„Sunt un bărbat de treizeci și șapte de ani care a văzut destule în viață și pot să contribui și eu cu ceva la cercetarea pe care o faci în legătură cu modalitatea de a te purta cu un bărbat. Suntem bărbați, nu niște prostănaci paranormali sau lipsiți de romantism. Avem nevoie numai de o comunicare clară, de apreciere, de dragoste sinceră și de respect. Vă vom răsplăti punându-vă la picioare luna și stelele, numai de dragul vostru. Nu e nevoie să «prelucrezi» un bărbat pentru a obține ceea ce vrei de la el. Trăim pentru a avea grijă de soție, de familie și de casă. Rețineți doar că suntem bărbați și că nevoile noastre sunt simple, dar nu *trebuie să le ignorați. Un bărbat bun este greu de găsit, nu de păstrat."*

— DAN

„Un bărbat bun este greu de găsit, nu de păstrat." Această afirmație ar trebui să te pună pe gânduri. În calitate de moderator/psihoterapeut în cadrul unui talk-show radiofonic, trebuie să vă spun cât de adevărat și de trist este faptul că atâtea femei se străduiesc să rămână legate de un ticălos, să-i mai dea o șansă unui bărbat abuziv și ușuratic, să facă sex neprotejat cu un tip căruia abia îi cunosc numele, să aducă pe lume

un copil cu vreun profitor sau un ratat, de fiecare dată într-o încercare patetică de a găsi iubirea, iar *în schimb* sunt extrem de insensibile, nearătând unui soț de treabă, muncitor și grijuliu, atenția, grija, respectul și afecțiunea de care acesta are nevoie pentru a fi satisfăcut. Mă neliniștește foarte mult acest lucru.

Mă mai neliniștește și faptul că multe femei sunt nepăsătoare, comportându-se distructiv față de soții lor și, prin urmare, și față de căsniciile lor. Femeile îmi telefonau să mă întrebe dacă era bine să plece într-un concediu prelungit „fără *el*", dacă doreau puțină libertate, odihnă și distracție, ori dacă era bine să-l priveze de sex pentru că erau nemulțumite sau, pur și simplu, prea obosite în urma unei zile grele; sau dacă era nevoie să-i pregătească cina atunci când venea seara de la serviciu, pentru că era atât de obositor să se gândească la feluri de mâncare, sau dacă era în regulă dacă nu îl implicau în niște chestiuni (cum ar fi problemele familiale sau financiare), pentru că prezența lui nu era necesară; sau dacă erau obligate să petreacă un timp și cu familia lui (rude sau copii dintr-o căsătorie anterioară), sau dacă era necesar să manifeste un oarecare interes față de pasiunile lui, când, de fapt, erau sătule de ele, sau — ei, bine, ați înțeles ce vreau să spun.

Vreau să vă prezint o convorbire telefonică în urma căreia am fost impulsionată să scriu această carte. Annette are treizeci și cinci de ani, soțul ei, treizeci și nouă și au un băiat de un an. Ea se află în concediu de maternitate și nu este încântată să gătească, considerând că nu trebuie să-și piardă timpul cu astfel de lucruri. M-a sunat să mă întrebe dacă toate astea erau sau nu în detrimentul copilului ei. Am fost alarmată de lipsa ei de preocupare față de nevoile și dorințele soțului ei — știți, cel care răstoarnă munții din loc în fiecare zi, pentru ea și pentru copilul ei. Pentru a vă da seama cum a decurs această convorbire, trebuie să vă imaginați modul ostil și superior în care vorbea.

DR. LAURA: Ce pregătești de mâncare?

ANNETTE: Mâncăm sandviciuri cu unt de arahide și gem.

DR. LAURA: Nu e prea sănătos să mănânci asta de trei ori pe zi.

ANNETTE: Nu, el [copilul] nu le mănâncă de trei ori pe zi.

DR. LAURA: Ce mâncați seara?

ANNETTE: Păi, încă îi mai dau să sugă, are un an.

DR. LAURA: Ce mănâncă adulții la cină?

ANNETTE: Soțul meu poate mânca tortilla de vită de la congelator, iar eu cereale sau brânză de casă. Soțului meu nu prea îi place ce gătesc eu.

DR. LAURA: Nu e deloc o dietă echilibrată și sănătoasă. Faci intenționat mâncăruri îngrozitoare, ca el să nu mai vrea să mănânce, sau este un fel de căpcăun?

ANNETTE (sarcastică): Nu, pur și simplu nu sunt o bună bucătăreasă.

[Nu puteți remarca din text tonul ei superior, ostil.]

DR. LAURA: Bine, Annette, dar poți învăța să gătești. Trebuie numai să iei niște lecții sau să cumperi o carte de bucate. Mă întreb dacă în mod intenționat îi subminezi plăcerea unei mese servite acasă, astfel încât să nu mai fie nevoie să faci lucrul ăsta. Dă-mi voie să-ți spun că tot ceea ce se întâmplă este în detrimentul copilului tău. Cinele se dovedesc a fi una dintre cele mai importante funcții ale unei familii în ceea ce privește atașamentul copilului față de părinții lui, capacitatea lui de a comunica și de a se simți apropiat de ei, toate acestea contribuind la formarea respectului de sine. Cina este un aspect important al acestei legături. Este un moment în care familia se așază la

masă, se spune rugăciunea și se discută într-un mod agreabil. Deci, dacă asta înseamnă că tu trebuie să faci ceea ce nu-ți place, așa să fie. Sau dorești să-l înveți pe fiul tău că, atunci când nu dorește să facă un anumit lucru, decizia îi aparține? Caz în care vei avea un copil care, când va crește, va fi un monstru.

Multe lucruri nu ne fac plăcere, dar reprezintă o parte a rigorilor vieții, a obligațiilor care ne revin. Deci, dacă stai acasă, cred că este important să faci efortul de a pregăti seara niște mese plăcute, care sunt o parte din bucuria și confortul familiei tale. Depune puțin efort. Dacă soțul tău se poate hrăni cu mâncare mexicană congelată, înseamnă că are un stomac destul de înțelegător, așa că ar trebui să mergi destul de departe pentru a avea probleme cu el. Nu înțeleg această ostilitate, mai ales în cazul unei femei care are un copil de un an. Capacitatea ta de a asigura un cămin protector și satisfăcător pentru acest copil depinde de calitatea și de starea căsniciei tale. Mă aștept să depui ceva mai mult efort.

Cele mai multe femei care se plâng că nu primesc ceea ce-și doresc de la soții lor ar trebui să-și dea seama ce comportament lipsit de respect și plin de dispreț au față de ei. Ar trebui, de asemenea, să vadă pentru ce anume își consumă timpul și energia, în detrimentul lui și al căsniciei. Vor fi șocate constatând că încearcă să-i impresioneze pe străini și nu pe persoana alături de care trăiesc. Așa cum a spus Gary, unul dintre ascultători:

„Un soț e ca un cal. La sfârșitul zilei, este de regulă epuizat și asudat. Dacă stăpânul îl mână și-l bate cu biciul, nu mai e mult până când se va smuci și se va revolta.

Dacă îl iubești, dacă îl convingi, va merge mai departe, până ce-i va exploda inima, și nu-și va dezamăgi stăpânul. Își va da viața pentru cel pe care-l iubește.

În ce fel ar trebui să se poarte o femeie cu un bărbat?"

Niciodată nu am primit vreo plângere de la un ascultător, în cei douăzeci și cinci de ani de radio, atunci când am făcut afirmația că bărbații sunt niște creaturi foarte simple. Ei sunt de acord cu lucrul ăsta. Am explicat de multe ori, în cadrul emisiunii mele radiofonice, faptul că bărbații sunt născuți din femei și că își petrec restul vieții cerșind acceptul și aprobarea femeilor. Cu excepția celor bolnavi mintal sau cu tulburări de personalitate (aceasta e excepția, nu regula), bărbații sunt, în general, maleabili. Oferă-le o comunicare directă, respect, apreciere, mâncare și iubire adevărată și ei vor face tot ce vrei — lucruri nebunești sau nu. :-)

Cu ajutorul unei ascultătoare, Sandy, am ajuns la o concluzie corectă, dar nu fără efort din partea mea și rezistență din partea ei.

SANDY: Eu și soțul meu avem o relație oribilă.

DR. LAURA: Mă întreb de ce.

SANDY: Spune că sunt prea încăpățânată... dar cred că amândoi suntem așa.

DR. LAURA: El afirmă că tu ești prea încăpățânată. Ce înseamnă asta?

SANDY: Mereu îmi spune că îmi place să controlez totul și că nu îl consult atunci când ar trebui să rezolvăm împreună aceste situații. Pur și simplu merg mai departe și fac lucrurile așa cum știu eu.

DR. LAURA: Și de ce te comporți așa?

SANDY: Nu știu.

DR. LAURA: Acest lucru îți distruge căsnicia. De ce continui să faci asta?

SANDY: Dar e vorba de lucruri neînsemnate, cum ar fi mersul la magazin! De ce ar trebui să-l consult în astfel de situații?

DR. LAURA: Ei bine, nu e chiar așa de greu să discuți cu el sau să-l inviți și pe el.

SANDY: Pur și simplu nu cred că e important.

DR. LAURA: Copiii sunt implicați în asta?

SANDY: Da, avem trei copii.

DR. LAURA: De aceea trebuie să facem schimbări, pentru ca acești copii să aibă acasă o atmosferă pașnică. Și le poți face.

SANDY: Noi am încercat.

DR. LAURA: Nu. Nu *noi* am încercat. *Tu* nu ai făcut schimbarea.

SANDY: E așa de greu...

DR. LAURA: Asta e, știu că e greu. Este vorba de viețile celor trei copii ai tăi. Nu-mi spune că e greu atunci când trei copii depind de tine. Asta ar trebui să reprezinte pentru tine o motivație serioasă pentru a te comporta mai bine în căsnicie, pentru a-l trata mai bine pe soțul tău.

SANDY: Ai dreptate.

Pentru a o ajuta să facă anumite schimbări, am rugat-o să alcătuiască o scurtă listă, chiar atunci, când vorbeam în direct, cuprinzând trei lucruri rezonabile pe care soțul ei ar fi dorit ca ea să le facă altfel. S-a opus din răsputeri. În primul rând, a pretins că nici nu știa ce își dorea soțul ei, apoi s-a plâns de el, după care a început să fie sarcastică referitor la nevoile lui, apoi a exagerat tot ceea ce avea ea de făcut. Doamne! A fost greu să depășim această rezistență pentru a admite că orice dorință sau solicitare a lui era rezonabilă, că era nevoie de o mai mare atenție și înțelegere din partea ei.

I-am explicat că schimbarea propriei persoane e dificilă atunci când te plângi că pentru alții e mai ușor. Am insistat cu întrebarea mea, dându-i ocazia să îmbunătățească situația, a ei și a copiilor. În sfârșit, a devenit mai înțelegătoare — ei, oarecum —, dar încă i se mai simțea „ostilitatea".

DR. LAURA: Spune-mi trei lucruri rezonabile despre care știi că i-ar face plăcere soțului tău dacă le-ai schimba?

SANDY: Dacă îi adopt părerea. Dacă ascult ce zice el și fac întocmai.

DR. LAURA: Bine. Pare corect într-o căsnicie. Altceva?

SANDY: I-ar plăcea să mă vadă că îl accept așa cum este, fără să am alte pretenții.

DR. LAURA: În general, cred că asta înseamnă că vrea să fie apreciat pentru ceea ce este și ceea ce face.

SANDY: Exact.

DR. LAURA: Atunci când încerci în mod constant să-l schimbi sau îi ceri mai mult, el privește asta ca și când nu ai fi de acord cu el și nu ai aprecia ceea ce oferă și ce este. Nu uita, acesta *este* bărbatul pe care *tu* l-ai ales. Bine? Deci, are nevoie de o mai mare înțelegere. Și care este numărul trei?

SANDY: Să renunț uneori la lucrurile care mă împovărează. Mereu spune că sunt o perfecționistă.

DR. LAURA: Bine. Ia-o mai ușor.

SANDY: În ordine.

DR. LAURA: Uite care este sarcina ta. Comportă-te așa câteva zile și sună-mă din nou. Numărul unu: *să-i ceri sfatul în orice situație*. Numărul doi: *să manifești față de el puțină apreciere*. Numărul trei: *dacă nu este ceva chiar*

așa de important, las-o baltă, pentru că nimănui nu-i place să fie bătut la cap tot timpul. Repetă-le, te rog.

SANDY: Să-i cer părerea. Să-i arăt că îl apreciez. Dacă nu este important, s-o las baltă.

A sunat după câteva zile și a fost extrem de surprinsă să vadă că niște eforturi aparent neînsemnate au ajutat-o să îmbunătățească dispoziția și comportamentul soțului său, înviorând atmosfera căminului, ceea ce a condus la liniștea ei sufletească.

Asta le spun femeilor tot timpul. Bărbații sunt, pur și simplu, niște linii drepte. În general, spre deosebire de femei, bărbații nu au toane (cum ar fi sindromul premenstrual) și nu manifestă hipersensibilitate la desconsiderarea interpersonală (când ai auzit ultima dată un bărbat plângându-se de socrul lui?). De regulă, bărbații gândesc exact ceea ce spun și nu vorbesc în mod indirect, un comportament specific femeilor. De asemenea, bărbații suferă, în general, în tăcere înainte de a se plânge sau de a-și exterioriza durerea (izolarea și consumul abuziv de alcool o demonstrează), în timp ce femeile sunt mult mai înclinate să se tânguiască și să plângă, ca formă de comunicare și chiar de divertisment, alături de prietenele lor.

Bărbații sunt simpli. Ei știu acest lucru. Femeile trebuie să învețe asta, dacă vor să fie fericite alături de bărbații lor.

Kathryn, o altă ascultătoare, confirmă acest lucru:

„Bărbații nu sunt chiar așa de complicați cum credem noi. Le place să audă că femeia lor e fericită și că ei sunt sursa acestei fericiri. Bărbații merită același respect pe care îl arăți unui musafir care vine în vizită, și chiar mai mult decât atât. Lor le place să li se facă complimente. De asemenea, le place să fie admirați. Eu îi mulțumesc mereu soțului meu pentru faptul că muncește din greu pentru noi și îi încurajez pe copii să facă același lucru. Bărbații sunt morocănoși atunci când sunt obosiți și/sau flămânzi. Orice ar spune în astfel de situații, nu trebuie luați în serios. Bărbaților nu le place atunci când femeile vorbesc despre ei pe la spate. Ei nu sunt «tăticii» noștri, ci contemporanii noștri, și sunt stresați și speriați de diverse lucruri, la fel ca și noi. Iar dacă le sunteți cu adevărat prietene, le veți ușura povara, în loc să le-o suplimentați. Bărbații au și ei visuri și, indiferent dacă este un lucru logic sau nu, nu le călcați în picioare.

Asta nu înseamnă că nu avem probleme — oricine are —, dar e mult mai ușor să le rezolvi alături de un bărbat care știe că îl iubești și îl respecți."

Am fost extrem de uimită și de întristată să constat cât de lipsite de înțelegere și de apreciere sunt numeroase femei referitor la aceste chestiuni elementare. O ascultătoare mai nouă a emisiunii mele radiofonice a pus capac cu povestea ei. Muncește cu normă întreagă și este implicată în tot felul de activități. A sunat pentru a se plânge de soțul ei „exigent". Se pare că el era cel nefericit în această căsnicie, pentru că soția lui, ascultătoarea mea, nu petrecea suficient timp alături de el, în pat sau în altă parte. Ea mi-a descris un program zilnic aberant, remarcând faptul că deja avea prea multe de făcut pentru a mai dispune de timp, energie sau imbold pentru o relație intimă, mai ales fizică, cu soțul ei.

I-am sugerat să ia imediat măsuri și să renunțe la sarcinile asumate pentru a face loc și noii ei căsnicii, soțului ei, relației lor. A revenit imediat, spunând:

— Dar n-ar trebui ca el să fie mai înțelegător?

Aproape că am sărit în sus! El trebuia să fie înțelegător că este ignorat, că se află pe ultimul loc al listei ei de priorități? Am răspuns:

— De ce ar fi de acord să devină un chiriaș în propria lui casă, fără ca tu să faci cel mai mic efort pentru a avea o relație personală? De ce ar trebui să fie rațional în acest caz? De ce ar trebui să accepte să-l excluzi din viața ta?

Răspunsul ei, ca să zicem așa, a fost următorul:

— Oooo. Nu m-am gândit deloc în acest fel.

I-am reamintit că trebuia să renunțe la multe dintre sarcinile pe care și le-a asumat în mod *voluntar* și să-i facă și lui loc, altfel el va renunța până la urmă la ea și nu i-aș fi putut reproșa deloc acest lucru.

Aceste apeluri telefonice *nu sunt* aberante. Ele reflectă atitudinile tipice ale multor femei din America zilelor noastre. De când Gloria Steinem a scris că „femeile au nevoie de bărbați așa cum peștii au nevoie de biciclete", o întreagă generație de femei, poate chiar mai multe, au acceptat prostește acest nonsens păgubos și au denigrat bărbații, căsnicia, obligațiile familiale și maternitatea, totul în detrimentul lor. În mod normal, niște femei normale tânjesc să fie îndrăgostite, căsătorite, să-și crească odraslele alături de bărbatul visurilor lor. Totuși, atunci când mamele lor, mai puțin societatea, le spun că nu au nevoie de bărbați pentru a fi fericite sau pentru a-și crește copiii și că pruncii lor nu vor avea nici ei nevoie de o mamă care să-i crească (există pentru asta creșe), multe femei își pierd interesul și capacitatea de a-și trata viețile cu iubire, abnegație, sacrificiu, compasiune și loialitate, lucruri care, în ultimă instanță, le aduc fericirea și un sentiment al împlinirii.

Sonya, o ascultătoare a emisiunii mele, se face ecoul Scripturilor cu remarca ei:

„Iar la sfârșitul zilei... trântește-te pe pat, închide ochii, îmbrățișează-l cu putere și amintește-ți că fără el ești numai o persoană neajutorată, dar, în calitate de jumătate a echipei, ești invincibilă."

În *Facerea*, Dumnezeu a spus: „Nu este bine ca omul să fie singur; am să-i fac un ajutor potrivit pentru el... De aceea, omul va lăsa pe tatăl său și pe mama sa și se va lipi de nevasta sa, și se vor face un singur trup."

Spre deosebire de ceea ce afirma o bună parte a propagandei feministe din ultimii patruzeci de ani, nu este vorba de nicio oprimare, subjugare sau abdicare de la potențialul existențial feminin în faptul de a te căsători cu un bărbat, de a fi mândră de relația ta, de a te dărui și sacrifica pentru căsnicia și familia ta și de a obține plăcere și susținere în calitate de soție și mamă. Atitudinea ta este aceea care determină calitatea vieții. Înțelegerea bărbaților și a nevoilor lor determină și ea calitatea căsniciei tale.

Kathy scria:

„I-am povestit soțului meu despre cartea la care lucrezi și l-am întrebat ce crede el că vor bărbații. Mi-a răspuns: «Este simplu. Mult sex și niciun fel de mofturi. Ce e așa de greu de priceput?»"

Nu e chiar așa de simplu, dar răspunsul amuzant al soțului lui Kathy este o confirmare a adevărului conform căruia femeile au toată puterea din lume pentru a influența comportamentul soților lor. Această putere este declanșată atunci când femeile pun în practică conținutul acestei cărți.

ÎNGRIJIREA ȘI SATISFACEREA ADECVATĂ A NEVOILOR SOȚILOR

ÎNGRIJIREA ȘI SATISFACEREA *IN*ADECVATĂ A NEVOILOR SOȚILOR

„Am râs atunci când am auzit titlul noii tale cărți. M-am gândit: «N-o să meargă. Ce femeie ar cumpăra-o? Cui îi pasă de noi, bărbații?» Sunt câteva lucruri pe care bărbații le doresc cu ardoare, și fac orice pentru ele. Cred că un mare număr de bărbați își dorește mai mult respect decât dragoste. Le place să simtă că au o anumită putere. Aproape că îmi vine să urlu când îi spui unei ascultătoare să-și respecte soțul. Este așa de mult egoism în lume — mai ales în căsnicii. Prosperitatea le-a permis femeilor să fie independente și, în felul acesta, egoiste. Întotdeauna mă simt ca și cum aș fi pe ultimul loc — sentimentele mele sunt pe ultimul loc, nevoile mele sunt pe ultimul loc."

— EDGAR

Nu trece nicio zi fără să întreb cel puțin o ascultătoare dacă se așteaptă să mai rămână împreună după atitudinea ei ostilă, de respingere și de subminare a soțului ei. Uimitor este faptul cât de surprinse sunt femeile să afle că soțul lor are și el o limită de suportabilitate înainte de a izbucni sau de a le părăsi. Ceea ce este și mai uimitor este că această *in*sensibilitate la nevoile și sentimentele soților lor merge mână în mână cu o *hiper*sensibilitate față de o acțiune sau de o reacție din partea bărbaților lor — reacții care, de cele mai multe ori, sunt mai mult decât rezonabile.

Iată numai un exemplu de apel telefonic din partea unei ascultătoare a emisiunii mele, care a avut loc cu o zi înainte de a începe să scriu acest capitol. Această femeie „creștină" a fost căsătorită un an cu un „evreu" și au un copil de patru luni. Înainte de a se căsători, ea

a promis că va crește copilul în tradiția iudaică, chiar dacă, evident, niciunul dintre ei nu era un practicant fervent al religiei sale (pentru că, dacă ar fi fost, s-ar fi căsătorit cu cineva cu care ar fi împărtășit aceeași credință). Acum, de Crăciun, ea împodobește bradul și deja se gândește la ouăle de Paști. „Nu vreau ca băiatul meu să piardă vacanțele minunate pe care le-am trăit eu în copilărie", îmi spunea ea, încercând să-și justifice încălcarea promisiunii.

Ce credeți că m-a întrebat atunci când i-am reamintit de promisiune și de jurăminte? „Cum să fac să nu mai fie mereu supărat și dezamăgit?" Faptul că și-a încălcat jurămintele a fost repede trecut cu vederea din cauza părerii pe care cele mai multe femei o au referitor la faptele lor și ale bărbaților. Dacă o femeie se răzgândește, bărbatul trebuie să accepte. Dacă un bărbat se răzgândește, e o brută.

Un ascultător mi-a scris despre frustrările lui legate de această discriminare. S-a plâns că femeile trebuie să înțeleagă cât de frustrant este să judeci ținând cont numai de nevoile și de dorințele imediate ale femeii. Pare că tot ceea ce simte sau îi trebuie unei femei este legitim și foarte important, în timp ce un bărbat este lipsit de importanță și egoist.

Cred că, într-o oarecare măsură, are dreptate. Încercați să vizitați diferite site-uri feministe de pe internet și veți găsi susținere pentru femeile care și-au alungat bărbații din cauza unor motive meschine („Nu este suficient de vorbăreț", „Nu mă simt împlinită", „Sunt plictisită" sau „Nu vrea să vorbesc cu mama în fiecare zi").

Și, dacă tot vorbim de discriminare, să nu uităm ce se întâmplă în dormitor. Femeile se așteaptă ca bărbații lor să „înțeleagă" atunci când nu sunt interesate de sex, dar, dacă bărbații nu sunt dispuși sau nu pot s-o facă — păzea!

Ce anume produce această mentalitate discriminatorie? Folosind un cuvânt mare — egocentrism. Și care este sursa acestuia? Cred că e rezultatul mișcării feministe, care condamnă ca fiind malign, prostesc și opresiv aproape tot ceea ce ține de masculinitate, denigrând rolurile feminine și masculine în cadrul familiilor, desființând familii ca urmare a divorțului, a îngrijirii externe a copiilor, a slujbelor suplimentare și a glorificării posibilității de alegere a concubinajului și a maternității în afara căsătoriei. Acestea sunt influențele radical distructive care rezultă din faptul că femeile consideră că nu sunt perfectibile, la fel ca și bărbații, atunci când se implică într-o căsnicie și au obligații familiale.

Rezultatul este că femeile se căsătoresc gândindu-se în primul rând la ceea ce le poate aduce căsnicia sau soțul, nu la ceea ce pot face ele pentru soț. Atunci când se pune un oarecare accent pe dăruire, fleacurile distrug ceea ce ar fi putut fi o căsnicie reușită.

E-mailul lui Cindy se referă la problema „dăruirii" și a „înfăptuirii":

> *„Am fost căsătorită zece ani și am avut o mare problemă în legătură cu* îngrijirea și satisfacerea *nevoilor soțului meu. Nu știam cât timp aloca mama mea pentru a avea grijă și a-l satisface pe tata decât atunci când am început să am probleme în căsnicie. Atunci m-a ajutat să înțeleg rolul unei soții. Generației mele (am peste treizeci de ani) i-a fost inoculată o mentalitate foarte «egoistă»: dacă tu nu ești fericit, atunci nimeni nu trebuie să fie. Totuși, mama și tata m-au învățat că, pentru a fi fericită și împlinită, trebuie să ajuți, să iubești, să ai grijă de... alții! Chiar având o viață de familie adevărată*

în copilărie, n-am știut că acest lucru era foarte important și în căsnicie. Pur și simplu credeam că fie ai o căsnicie realizată, fie nu, că, nu se știe cum, căsniciile rezistă și fără eforturile noastre.

Aceasta a fost doar una dintre concluziile mele greșite. Alta a fost legată de faptul că el ar fi trebuit să cunoască tot ceea ce știa tatăl meu, cu care îl tot comparam. Eram mereu nemulțumită, în loc să-l încurajez. Apoi tata m-a sfătuit în legătură cu modul în care funcționează personalitatea masculină. I-am urmat sfatul, încurajând și, în general, fiind susținătoarea soțului meu. Lucrurile s-au schimbat în mod spectaculos.

Sfatul mamei mele, după greșelile pe care le-am făcut, a fost să îl iubesc. Acum sună destul de simplu, dar înțeleg ce înseamnă, de fapt, «iubirea». Este vorba de o afecțiune profundă, tandră, pasionată pentru un om; o grijă afectuoasă pentru bunăstarea lui. Cel mai mare dar primit de la Dumnezeu, după viața însăși, este iubirea. Dumnezeu l-a creat pentru tine. Iubește-ți soțul din tot sufletul și tratează-l ca pe un dar primit de la Dumnezeu, așa cum, de fapt, și este."

Noțiunea de iubire ca dar, ca verb, ca atitudine, ca legământ este un fel de revelație. Din păcate, iubirea este privită, de regulă, ca un sentiment care dă peste tine și te face fericit; și, desigur, *dacă* ești fericit, *atunci* te porți frumos. Într-un fel, rezultă că ești îndreptățit să te comporți rău în absența acelui sentiment al iubirii. Mai mult, dacă nu există sentimentul de iubire, ești îndreptățit să-l obții cumva de la altcineva. Acest sentiment al îndreptățirii provine dintr-o mentalitate care a pus sentimentele deasupra obligațiilor, responsabilității și legământului.

„Am dreptul de a fi fericit, nu?" este o întrebare pusă frecvent de ascultătorii frustrați de faptul că mariajul lor nu i-a menținut permanent într-o stare de euforie. Și această concentrare asupra fericirii îi ajută să conștientizeze abandonarea teoretică a căsniciei și a familiei, înlocuindu-le pe acestea cu hobby-uri, droguri, alcool, muncă, idile, deplângerea stării de fapt în cadrul unor terapii, în fața prietenilor, a familiei sau printr-o ostilitate îndreptată împotriva celor care îi iubesc.

Aceasta nu e o chestiune lipsită de importanță. Atunci când căsniciile se destramă, copiii sunt răniți și limitați în capacitatea și speranța lor de a obține fericirea. Asta le pun în vedere multor ascultătoare care, având pretenții nerealiste și un comportament negativ, strigător la cer, decid că soluția problemelor lor de familie este divorțul. Sunt două chestiuni asupra cărora le fac să se gândească. Prima: în urma divorțului, copiii vor suferi atât în prezent, cât și în viitor. A doua: greșesc dacă li se pare că o nouă pereche de pantaloni le va schimba viața, pentru că e vorba de aceeași fustă!

Le provoc să facă lucrul de care ele se plâng că soții lor nu vor sau nu pot să-l facă: să se schimbe! Le explic că bărbații sunt într-adevăr niște ființe simple și, dacă schimbi anumite aspecte ale interacțiunii tale, ca prin minune vei constata o schimbare și în comportamentul lor. Le reamintesc că sentimentele lor obișnuite nu trebuie să se schimbe înainte ca ei să-și modifice atitudinea. Le rog să se comporte „ca și cum" lucrurile ar fi minunate în relația lor: un semn de afecțiune în timpul zilei, un sărut înainte de plecare, o ținută plăcută atunci când ești acasă, solicitarea părerii lui în legătură cu un aspect referitor la familie, un comentariu de apreciere pentru un lucru bine făcut, o îmbrățișare, o masă bună, puțin timp petrecut în doi după serviciu, înainte de a se apuca de repararea instalațiilor din casă sau de problemele

financiare, o îmbrățișare înainte de culcare... ce poate aduce ceva și mai interesant.

Invariabil, femeile protestează. De ce trebuie să fie drăguțe atunci când lucrurile nu sunt deloc așa cum ar vrea ele să fie? Clifford, un ascultător, mi-a trimis un e-mail legat de această atitudine:

„Ce s-a întâmplat cu drăgălășenia? Dacă te comporți ca o scorpie, ești tratată în consecință. Am întrebat-o odată pe soția mea dacă voia ceva de la mine, pentru că era neobișnuit de drăguță. Mi-a spus supărată: «Nu voi fi niciodată drăguță cu cineva pentru a-l convinge să facă ceva pentru mine. E dezgustător!»

Deci, care e alternativa? Să le tratăm ca pe niște zdrențe? Un bărbat are grijă de femeia lui și o femeie ar trebui să aibă grijă de bărbatul ei! Ce concept!"

Ceea ce m-a surprins atunci când am intrat pe site-ul meu (www.drlaura.com), după ce i-am rugat pe ascultători să-mi trimită contribuțiile lor la această carte, a fost uriașa suferință exprimată de soți — nu era vorba de supărare, ci de durere. Poate că e surprinzător pentru multe femei să-și imagineze că soții lor suferă din cauza atitudinii lor față de ei. În general, bărbații încearcă să fie mai stoici decât femeile, să fie puternici și să reziste, indiferent care ar fi situația. Nu condamn deloc acest lucru. Este o descriere a masculinității atacată virulent de mentalitatea feministă care neagă importanța unei asemenea puteri și rezistențe interioare. Fără acestea și fără alte caracteristici masculine, o mare parte a civilizației occidentale nu ar fi evoluat. Să ne gândim numai la autocontrol și la autonegare, necesare în explorare, în luptă sau pentru supraviețuirea în condiții vitrege. Cred că este spre binele bărbaților și al societății ca femeile să tempereze aceste caracteristici masculine; totuși, este la fel de crud să negăm realitatea și valoarea trăsăturilor masculine, ca să nu spunem că e și un lucru prostesc, care subminează familia și țara.

Faptul că bărbații nu afișează durere, suferință și disperare, așa cum o fac femeile, pare să însemne pentru unele reprezentante ale sexului slab că aceștia nu simt nimic. Adevărul este că bărbații sunt introvertiți și încearcă să se descurce în viață, în general, și cu noi, în particular. Femeile nu trebuie să comensureze și să interpreteze inima, sufletul, intenția sau sentimentele unui bărbat pe baza reacțiilor proprii. Femeile plâng și vorbesc; bărbații nu se gândesc atâta la sentimente, ei încearcă să facă ceva în legătură cu situația respectivă. Cred că acest lucru ar face din bărbați niște „prietene" jalnice, dar niște „tovarăși" foarte săritori dacă femeile le-ar respecta unicitatea.

Ray, un ascultător, și-a semnat mesajul „soț frustrat și deprimat":

„Ascult multe intervenții ale femeilor, care mi se par la fel cu ale soției mele. Disprețul referitor la obligațiile lor față de soți îmi este mult prea familiar. E îngrozitor să ascult și să știu că trăiesc alături de indiferența unei femei asemenea acestor ascultătoare.

Nu pot descrie frustrarea, deprimarea și, în cele din urmă, disperarea rezultate după douăzeci și patru de ani de neglijare. Nu pot descrie eforturile pe care le-am făcut pentru a salva o relație ce ar fi trebuit să fie piatra unghiulară a familiei noastre, dar care s-a dovedit o piatră de moară agățată de gâtul meu. Nu-ți pot explica trecerea de la faza de soț iubitor și grijuliu, apoi preocupat și înțelegător, la aceea a unui bărbat

frustrat și mânios, un nemulțumit deprimat, un nefericit disperat.

Pur și simplu, știu că trebuie să scrii această carte. Dacă poți salva măcar o familie, trebuie să scrii această carte."

Ray nu a fost singurul care s-a plâns. Există prea mulți bărbați care trăiesc cu această durere în suflet, renunțând la orice speranță de fericire după ce au făcut toate încercările posibile de a le oferi soțiilor lor ceea ce și-au dorit acestea.

Ce vor femeile?

Jill, o ascultătoare, mi-a trimit această „glumă", care circulă pe internet, despre „soțul perfect":

„Se deschisese un nou magazin de soți perfecți, unde o femeie putea să aleagă ce-i place. Magazinul avea cinci etaje, bărbații devenind tot mai buni, pe măsură ce urcai. Singura regulă era că, odată ce ai deschis ușa de acces a unui etaj, trebuia să alegi un bărbat de acolo, iar dacă mai urcai un etaj, nu mai puteai coborî decât dacă plecai din magazin. Așa că două prietene se duc la magazin pentru a găsi un bărbat cu care să se căsătorească.

La primul etaj scria: „Acești bărbați au slujbe bine plătite și iubesc copiii." Femeile au citit inscripția și au spus: „O, asta e minunat, dar...", și s-au întrebat ce se afla la etajul următor.

La etajul al doilea scria: „Acești bărbați au slujbe bine plătite, iubesc copiii și arată extrem de bine." „Mmm, au făcut fetele. Mă întreb ce o fi mai sus."

La etajul al treilea scria: „Acești bărbați au slujbe bine plătite, iubesc copiii, arată extrem de bine și ajută în gospodărie." „O! au exclamat femeile. Foarte tentant... dar sunt alții și mai sus!"

La etajul al patrulea scria: „Acești bărbați au slujbe bine plătite, iubesc copiii, arată extrem de bine, ajută în gospodărie și sunt buni la pat." „O, Doamne! Dar gândește-te puțin! Oare ce ne așteaptă la ultimul etaj?", s-au întrebat femeile.

Așa că au urcat la etajul cinci.

La etajul cinci scria: „Acest etaj demonstrează faptul că femeile sunt imposibil de mulțumit."

Iată un exemplu de „Te iubesc... acum transformă-te în soțul meu perfect":

DR. LAURA: Nikki, bine ai venit în emisiune.

NIKKI: Aș vrea să știu când pot să intervin în viața logodnicului meu și când nu.

DR. LAURA: De ce crezi că trebuie să intervii în viața logodnicului tău pentru diferite motive? Nu-ți place așa cum e?

NIKKI: Îmi place ca persoană, dar sunt unele lucruri, de pildă manierele, pe care nu le are. Părinții lui au fost hippy și l-au lăsat să facă ce a vrut. Când ne-am întâlnit și am traversat strada, iar eu eram pe tocuri — era în plină iarnă —, nici măcar n-a încercat să mă sprijine.

DR. LAURA: Dacă era în plină iarnă, de ce erai încălțată cu pantofi cu toc, mai ales dacă, în mod normal, nu te puteai ține pe ei?

NIKKI: Mergeam la o cină selectă.

DR. LAURA: Oamenii pot purta pantofi pretențioși indiferent unde se duc. Bine, deci purtai niște pantofi nepotriviți și nu te-a luat în brațe.

NIKKI: Dar ce zici despre chestia asta? Când mergeam la părinții mei, aproape că își băga fața în farfurie și zicea: „O, asta chiar miroase frumos!"

DR. LAURA: Cred că este un compliment.
NIKKI: Chiar dacă nasul lui aproape că atinge mâncarea?
DR. LAURA: Bine, dar altfel cum ar putea să miroasă?
NIKKI: Nu știu... Bine.
DR. LAURA: Nikki, dacă îți e rușine cu el, lasă-l, părăsește-l.
NIKKI: Nu mi-e rușine cu el. Nimeni nu este perfect. Sunt foarte îndrăgostită de el. Dar dacă ne-am ocupa de asta și ar mânca mai frumos?
DR. LAURA: Nikki, ia-ți un alt bărbat. Încetează să-l mai critici pe cel pe care îl ai. Îmi pare foarte rău că l-ai ales, că ești foarte îndrăgostită de el, dar continui să fii nemulțumită de el. Acest lucru e insultător. Nu văd niciun fel de dragoste aici. Alege-ți un maniac care citește Codul Bunelor Maniere. Este ofensator și demoralizator atunci când femeile vor să remodeleze bărbații după imaginea pe care o au despre bărbatul perfect sau despre soțul ideal.
NIKKI: Așa e.
DR. LAURA: Asta nu-l face să se simtă mai bine.
NIKKI: Da, se simte îngrozitor când procedez așa.
DR. LAURA: Cât de crudă ești? Cât de nebun este el să îndure așa ceva?
NIKKI: E adevărat. Nu are prea mult respect de sine, așa că acceptă.
DR. LAURA: Trebuie să fie un motiv pentru care creezi o asemenea situație în legătură cu un bărbat. Nu știu, poate îți dă un sentiment de superioritate.
NIKKI: Sunt sigură că acesta este un aspect al problemei.

Această problemă este foarte frecventă, mai ales în cazul femeilor îmbibate de cele mai negative convingeri ale mișcării feministe, și anume că societatea și bărbații le vor oprima; aceștia sunt dușmanii; nu accepta; distruge sau domină. Și bărbații sunt ușor de dominat de negativitatea soțiilor lor. Așa cum am arătat mai înainte, din moment ce bărbații sunt niște ființe simple, care se nasc din femeie, sunt satisfăcuți și îngrijiți de o femeie și tânjesc după iubirea, admirația și aprobarea permanentă a unei femei, acest lucru îi face vulnerabili la toanele, dorințele, izbucnirile, criticile, dezamăgirile, insatisfacțiile, mâniile și respingerile femeii.

Femeile trebuie să aprecieze mai bine amploarea puterii și influenței lor asupra bărbaților și să n-o folosească în mod greșit sau să abuzeze de ea. Doamnelor, nu asta vă face mai fericite.

Una dintre căile cele mai obișnuite prin care o soție folosește greșit puterea pe care o are asupra soțului este dezamăgirea ei plină de supărare. Michelle, o ascultătoare, a exprimat foarte bine acest lucru.

„Suntem căsătoriți de zece ani. După căsătorie, am început să mă uit la telenovele. Mă așteptam ca soțul meu să se comporte față de mine așa cum o făceau amorezii din acele filme — evident, mai puțin trădările. I-am reproșat soțului meu că sunt nefericită. Dacă eram nefericită, mă așteptam ca el să lase totul baltă și să mă facă fericită. Dacă mergeam la restaurant, mă simțeam neglijată pentru că nu îmi cumpăra flori. Prietenele mele erau, evident, de acord cu mine și cu faptul că nu trebuia să-i adun de pe jos șosetele murdare. Mă simțeam groaznic, și așa se simțea și el.

M-am dus într-o stațiune de odihnă cu profil religios, unde ni s-a spus să mergem la un curs consacrat mariajului. Dumnezeu mi-a arătat cât de egoistă devenisem. Am învățat că fericirea mea depindea de mine, nu de soțul meu. Am învățat că prietenele mele nu trebuiau să fie ecoul frustrărilor mele în ceea ce privește

căsnicia. Întotdeauna m-au încurajat să fiu împotriva soțului meu.

Am descoperit că multe dintre nemulțumirile mele sunt egoiste și n-au nicio justificare. Singurele care nu sunt egoiste, și sunt legate de afecțiune, i le spun soțului meu și nu sunt pretențioasă. Sunt răbdătoare și el le rezolvă."

Accept faptul că multe femei sunt îngrozite atunci când încearcă să compare iubirea soțului lor cu ceea ce mass-media sau prietenii le spun că ar trebui să fie, în loc să aibă în vedere, pur și simplu, faptele acestuia. O ascultătoare îmi scria că se așteptase să i se întâmple ceva incredibil de Sf. Valentin. După ce a auzit tot felul de povești romantice, extraordinare, de la prietenele ei, despre ceea ce fac soții acestora, se aștepta ca și bărbatul ei să-și manifeste sentimentele față de ea în aceeași manieră deosebită. Timp de cinci ani, fusese dezamăgită crunt și înșelată în așteptări de Sf. Valentin. Nu e surprinzător, asta se vedea din modul în care se purta în săptămânile următoare, fără ca el să știe de ce.

Până la urmă, i-a vorbit despre nemulțumirea ei. A rămas uimită atunci când el i-a spus: „Îți arăt că te iubesc trei sute șaizeci și cinci de zile pe an, dar, dacă o zi nu este perfectă, atunci celelalte nu mai contează?" S-a simțit extrem de prost, pentru că știa că așa era. Și-a adus aminte de momentele în care el o surprindea aducându-i flori sau atunci când a luat-o într-o excursie surpriză, a îmbrățișat-o spontan în bucătărie și i-a împărtășit toate motivele pentru care o iubea.

Și-a dat seama că soțul ei o iubea cu naturalețe și că era egoist și plin de cruzime faptul de a încerca să-l oblige să se exprime într-un mod artificial, minimalizând în același timp importanța gesturilor făcute anterior de el pentru a-i arăta iubirea. Îmi scria:

„Cred că, dacă femeile ar fi puțin mai atente, ar vedea că soții lor nu au încetat niciodată să le facă curte, numai că acum procedează altfel. Poate că se trezesc ei mai întâi atunci când plânge copilul, poate că spală vasele pentru ca ea să se poată odihni puțin, sau poate că pregătesc o cină specială. Fără să luăm în seamă modalitățile subtile prin care soții noștri ne arată dragostea, ne privăm pe noi și îi privăm și pe ei de această legătură. Când eforturile lor sunt ignorate mult timp, nu este oare inevitabil ca, până la urmă, să înceteze să mai facă acest lucru?"

Mi-am adus aminte de un fax primit în timpul emisiunii de la o femeie al cărei soț murise. Spunea că multe dintre prietenele ei se plângeau de lucruri stupide petrecute în căsnicia lor. Se gândea la faptul că aceste femei nu-și dădeau deloc seama cât de fericite erau că existau în viața lor acele mici probleme și că ar fi trebuit să se bucure de faptul că aveau pe cineva care să-și facă griji pentru ele. Pe scurt, nu erau deloc recunoscătoare pentru ceea ce aveau.

Kaye, o altă ascultătoare, mi-a trimis acest e-mail pentru a-și exprima revelația pe care a avut-o atunci când s-a gândit la noțiunea de recunoștință:

„Trebuie să spun că un punct de cotitură important în viața mea l-a reprezentat faptul că te-am ascultat la radio. O femeie se plângea de niște nimicuri și ai întrebat-o: «Soțul tău aduce destui bani în casă? Copiii sunt sănătoși? Reușești să stai acasă cu ei?» Și așa mai departe. A răspuns da la toate întrebările acestea. Apoi ai

zis: «Atunci, nu te mai plânge! Ai uitat să fii recunoscătoare.»

A fost ca și cum Dumnezeu m-ar fi zgâlțâit de umeri și mi-ar fi spus: «Hei! E vorba de tine, proasto!» Chiar în acea clipă, aflându-mă în mașină, am început să-i mulțumesc lui Dumnezeu pentru soțul meu și pentru toate calitățile lui bune. De atunci, în mod conștient, fac aceste lucruri:

- *Îi mulțumesc zilnic lui Dumnezeu pentru că am un bărbat minunat, subliniind în mod special calitățile pentru care sunt recunoscătoare.*
- *Caut zilnic modalități de a-i mulțumi soțului meu (încercând să înțeleg ce îl mulțumește, să-i anticipez nevoile etc.).*
- *Îmi supraveghez menstruația și îmi reamintesc, în zilele în care se manifestă sindromul premenstrual, că nu este adevărat ceea ce simt și încerc să-mi țin gura și s-o las baltă.*
- *Evit cărțile, revistele și emisiunile de televiziune care descriu cum ar trebuie să fie o căsnicie, o familie sau un soț și fac un efort conștient să fiu recunoscătoare pentru ceea ce am, în loc să-i schimb pe cei din jur.*
- *Îmi asum responsabilitatea pentru propria mea stare emoțională; încerc să fiu odihnită, să nu exagerez și apoi să mă plâng, să păstrez contactul cu prietenii care au o influență pozitivă asupra mea.*
- *Mă concentrez asupra faptului că trebuie să întrețin un cămin și îmi aduc aminte că aceasta este cea mai importantă responsabilitate a mea, reprezentând o valoare eternă. Cu cât fac mai mult acest lucru, cu atât sunt mai fericită și mai mulțumită."*

Este extraordinar să primești asemenea scrisori, care probează faptul că o bucurie profundă produce o schimbare de atitudine.

Îmi petrec multe ore în cadrul emisiunii încercând să ajut oamenii să depășească mesajul diabolic, înfricoșător, potrivit căruia femeile căsătorite care stau acasă cu copiii nu mai sunt niște femei întregi, iar bărbații sunt niște idioți și niște egoiști care se gândesc numai la sex, fiind incapabili să aibă vreo contribuție la fericirea femeilor sau a copiilor.

SINDROMUL IEPURELUI ALB

„Iar la sfârșitul fiecărei zile... relaxare. Uită de toate; va exista oricum un mâine, fie că vrei, fie că nu, așa că uită totul. Sărutați-vă, chiar dacă vă văd copiii. Și ei au nevoie de asta."

— SUZANNE

Am întârziat, am întârziat la o întâlnire foarte importantă. N-am timp...", aceasta era replica „Iepurelui Alb atunci când Alice i-a cerut ajutor în cartea lui Lewis Caroll, *Alice în Țara Minunilor.* Din păcate, aceasta este și replica multor soții atunci când soții lor își doresc un moment de intimitate. Uimitor.

Una dintre ascultătoarele mele, Marie, mi-a trimis o scrisoare în care îmi descria alunecarea ei în vizuina iepurelui:

„Cel mai bun sfat pe care-l pot da soțiilor referitor la îngrijirea și satisfacerea nevoilor soțului este să-și facă mereu timp pentru el. Știu că soțiile și mamele sunt «foarte» ocupate. Nu-mi dau seama cum de m-am descurcat cu meciurile de fotbal, antrenamentele de baseball, cercetașii și lecțiile de pian, ca să nu mai zic de cină, spălat și drumurile ocazionale la magazin sau la veterinar. Nu știu cum am reușit să le fac pe toate."

Apoi mi-a povestit parcursul unei zile, o zi ca multe altele, în care era ocupată până peste cap cu tot felul de sarcini și activități. Dar ziua aceasta era deosebită. Atunci era ziua de naștere a soțului ei. Și de care uitase complet. Niciun fel de tort. Niciun cadou. Nicio felicitare. Niciun semn de recunoștință. Și-a dat seama de

est lucru abia când mama lui a venit la ei, așa cum cea întotdeauna de ziua fiului său, pentru a aduce bișnuita cămașă în carouri, întrebând inocentă dacă a uns prea târziu pentru tort.

Până și copiii se supăraseră pe ea. Ce a făcut soțul ei? *El* a liniștit-o atunci când ea a început să plângă de rușine și frustrare!

„Este un bărbat care muncește de la șapte dimineața la șapte seara, timp de cinci zile pe săptămână, și de la șapte la douăsprezece sâmbăta, pentru ca eu să pot sta acasă cu copiii. Cu siguranță că merită mai mult."

În seara aceea, soacra ei, care rareori „se implica", i-a spus că ar trebui să aibă mai multă grijă de persoana alături de care s-a hotărât să-și petreacă viața; altfel, atunci când vor crește copiii și vor pleca de acasă, va rămâne singură.

„Sigur că avea dreptate. Eram așa de absorbită de problemele zilnice, încât nu mai aveam deloc grijă de omul extraordinar care se îngrijea de mine. Am început să fac o schimbare și să-l pun în capul listei mele de priorități, și dintr-odată m-am simțit din nou ca o soție, nu ca o mamă obosită.

Am început chiar de a doua zi cu o scrisorică de dragoste pusă în cutia de mâncare. Am primit un telefon la prânz, atunci când l-a citit. Am început să schimbăm zâmbete la cină, în timp ce copiii ne povesteau despre modul în care își petrecuseră timpul, și era așa de plăcut să-mi dau seama peste ce bărbat bun dădusem!

Toate căsniciile au suișuri și coborâșuri, dar, dacă te concentrezi asupra motivului principal pentru care te-ai căsătorit, n-ai cum să pierzi."

Dacă singura concluzie care se poate trage din acest episod este că soția are acum mai multe lucruri de care trebuie să aibă grijă sau de care să se preocupe, au fost scăpate din vedere câteva chestiuni importante. De exemplu, rezultatul, pentru Marie, a fost mai multă plăcere și liniște. Având o legătură atât de plină de iubire cu soțul ei, s-a *redus* stresul prin adăugarea bucuriei împărtășite. Acesta este un lucru pe care multe femei îl omit atunci când se plâng că au fost absorbite de nevoile soților lor sau când sunt nemulțumite, considerându-se niște victime.

Asta mă face să mă gândesc că existența se bazează pe anumite opțiuni. Cu excepția unui fulger care vă lovește casa (evident, fără să puteți face nimic pentru a împiedica acest lucru), viața dumneavoastră e construită din opțiunile pe care le faceți, bune și rele. Alegerile nepotrivite (egoiste, mioape, lipsite de maturitate sau, pur și simplu, prostești) pot avea consecințe neplăcute asupra căsniciei.

Sunt atât de puține ore într-o zi și atât de puține lucruri pe care le putem face bine. E nevoie să stabilim niște priorități. Dacă nu clasificăm, în mod formal sau nu, în ordinea importanței, ceea ce este necesar și ceea ce este negociabil, lucrurile importante ne scapă de sub control. A stabili prioritățile reprezintă o necesitate de moment, nu doar o chestiune de planificare pe termen lung.

Luke, un ascultător al emisiunii mele, mi-a scris în legătură cu o discuție pe care a auzit-o în emisiunea mea și care i-a schimbat imediat comportamentul. Cea care sunase m-a întrebat ce putea face în legătură cu soțul ei, care simțea că nu mai reprezintă o prioritate în viața ei. I-am spus imediat că trebuia să-l considere o prioritate, altfel promisiunile ei din momentul căsătoriei erau doar vorbe în vânt. Desigur, s-a opus, plângându-se de faptul

deja avea o grămadă de lucruri de făcut și că asta era, fapt, viața lor. I-am spus că adoptase o perspectivă egoistă și am provocat-o să-și imagineze cum ar fi fost dacă ea s-ar fi simțit neglijată.

După ce a ascultat acest dialog, Luke mi-a scris:

„Mă gândeam cât de aiurea e să te căsătorești și după aceea să nu te bucuri de acest lucru împreună cu partenerul. Eu și soția mea suntem căsătoriți de aproape un an și chiar ne bucurăm de acest lucru.

Apoi am început să reflectez la ce anume înseamnă pentru mine weekendurile, și, v-ați dat seama: eram pe cale să neglijez „noaptea noastră de vineri" pentru a studia ca să-mi dau ultimele examene la facultate și ca să-mi pregătesc orele pe care le țineam la liceu. Ei bine, soția mea era încă la serviciu atunci când am ajuns acasă, așa că am scos cărțile și am încercat să lucrez cât mai mult. Când a intrat pe ușă, am îmbrățișat-o și i-am spus să se pregătească pentru că urma să ieșim în oraș în seara aceea."

Luke a recunoscut că o scosese de pe lista lui de priorități și că a trebuit să treacă aproape un an să-și dea seama că se comporta prostește. Și-a justificat prioritățile amăgindu-se cu gândul că o va repune pe listă atunci când va avea mai mult timp. Și-a încheiat scrisoarea mulțumindu-mi pentru lecția pe care a învățat-o: nimeni nu e ferit de greșeli ocazionale și de o logică defectuoasă.

Este important să revenim la logica lui: o va pune pe primul loc în lista sa de priorități atunci când va avea mai mult timp. Ce înseamnă asta? Înseamnă că va ocupa primul loc atunci când va fi singura trecută pe listă. Când avea să se întâmple acest lucru?

Julie, o ascultătoare, mi-a relatat următoarele:

„Chiar dacă am o zi grea, pot să cumpăr niște sendvișuri, un plic de supă și niște pătrunjel. Planificarea unei surprize pentru soțul meu mă eliberează de stresul din timpul zilei, pentru că mă gândesc la altceva.

Acasă, tai sendvișurile în formă de triunghi, înfig în ele niște scobitori drăguțe, pun supa în boluri și mai adaug puțină verdeață și apoi îl întâmpin la ușă cu un sărut și o îmbrățișare.

Cât timp îți ia asta? Încă cinci minute. Ce am primit amândoi? Am avut șansa să-i spun: «Suntem o echipă și te susțin», și a văzut că am făcut ceva special pentru el."

Nu e frumos? Nici nu a mai trebuit să aștepte vreo recompensă sau recunoștință din partea lui pentru a se simți bine; s-a simțit bine oferind. Ați înțeles?

Din păcate, multe femei nu-și mai consideră căsniciile o sursă de satisfacție și de împlinire, așa cum au fost determinate să creadă despre carieră. O ascultătoare, Suzanne, de patruzeci și trei de ani, căsătorită de peste douăzeci de ani, manifestă ostilitate față de dorința soțului ei de a petrece un timp împreună.

SUZANNE: Bună, doamnă doctor Laura. Sunt agent imobiliar, și asta este o profesie foarte solicitantă. Lucrez de aproape cinci ani în acest domeniu. Tocmai am început să-mi fac o carieră, iar în weekendul trecut soțul mi-a dat un ultimatum: ori renunț la slujbă, ori divorțează.

DR. LAURA: De ce?

SUZANNE (râzând): Pentru că se simte neglijat în weekenduri și seara.

DR. LAURA: Dar cum ar fi dacă el te-ar neglija seara și în weekend? Oare nu le-ai fi spus prietenelor tot felul de lucruri neplăcute despre el? De fiecare dată când văd un film în care apare un grup de femei, acestea se plâng de faptul că soții lor sunt prea preocupați cu serviciul sau cu altceva și că nu le acordă atenție. Deci, atunci când noi le facem lor asta, cum se cheamă?

SUZANNE: Ei bine, mă simt ca și cum aș fi câștigat poziția pe care mă aflu acum.

DR. LAURA: El se simte ca și cum ar fi câștigat respectul unei persoane căsătorite.

SUZANNE: Și eu l-am urmat peste tot timp de cinci ani.

DR. LAURA: Este o răzbunare legată de un lucru pe care ai acceptat să-l faci. Nu-mi pot imagina cum e să fii căsătorit cu cineva pe care nu-l vezi seara și în weekend. Suzanne, probabil că vei divorța. Mesajul pe care i-l transmiți este că a fi agent imobiliar înseamnă pentru tine mai mult decât căsătoria cu el. Te-a avertizat. Cred că te comporți prostește. Cu experiența, talentul și cunoștințele pe care le ai, există o mulțime de lucruri pe care le poți face în timpul săptămânii, păstrând serile și weekendurile pentru familie. Dacă familia nu înseamnă nimic pentru tine, o vei pierde. Bărbatul tău, în opinia mea, nu are pretenții nerealiste. Și, după toate astea, încă te mai iubește și vrea să fie soțul tău. La vârsta ta, nu cred că mai sunt mulți care ți-ar spune asta.

Nu înțeleg de ce o soție consideră un lucru rău faptul că soțul dorește să petreacă puțin timp cu ea. Sunt căsătoriți de peste douăzeci de ani și încă mai vrea să fie cu ea? Este un compliment extraordinar!

Nu e vorba de a o controla, ci de a dori o viață alături de ea. Ce trist că ea ar putea să nu-și dea seama la timp de asta!

Această mentalitate reprezintă partea urâtă a mișcării feministe, care susține succesul personal, acumularea,

împlinirea, puterea și problemele de politică feministă în detrimentul iubirii, al căsătoriei și al familiei. Atunci când Karen Hughes, consilier al președintelui Bush, s-a decis să se retragă în Texas pentru a petrece mai mult timp cu familia, câteva persoane de orientare profeministă au acuzat-o că le trădează pe femei. Hmmm... dar ce se întâmplă oare cu „opțiunea"?

Doamna Hughes și milioane de alte femei au ales să renunțe la carierele lor epuizante. De ce? În general, pentru că strigătul de luptă feminist „să avem totul" a produs mult stres legat de nevoia arzătoare de timp, vina pentru posibila neglijare a copiilor și dorința de a avea grijă de cămin. De fapt, există un sindrom al mamelor care muncesc, numit „sindromul femeii grăbite", care a rezultat din lamentațiile femeilor legate de un mod de viață solicitant.

Acest sindrom e caracterizat de creșterea greutății, viață sexuală redusă, toane și oboseală, toate cauzate de stresul produs de încercarea de a face prea multe lucruri, de a nu te simți împlinită în niciun domeniu, de a respinge oamenii care au alte așteptări (de pildă, soțul sau copiii) și de a ajunge să te simți ostilă și deprimată.

Cheryl, o ascultătoare, mi-a trimis o nouă informație despre acest subiect, la care a adăugat și opinia ei:

„În lumea «mamelor care fac totul», care au copii, slujbe și își implică odraslele în tot felul de activități inimaginabile, nu e de loc surprinzător că a fost diagnosticată recent o nouă «boală» a femeilor. Cum intenționează comunitatea medicală să «trateze» această maladie? Iată un subiect la care trebuie să ne gândim puțin."

Cele mai multe e-mailuri pe care le-am primit de la femeile tinere îmi vorbesc despre modul în care au fost determinate să privească viața numai dintr-un singur unghi și că asta le face să minimalizeze valorile familiei și ale căsniciei și, în același timp, să-și exagereze dorința de putere financiară datorită mesajului societății, opțiunilor prietenelor și chiar presiunii familiilor lor. Îmi povestesc cum au fost determinate să se simtă neajutorate și stupide pentru că au dorit să-și crească copiii (în loc să facă apel la doici și la creșă), pentru că au lucrat numai cu jumătate de normă sau au stat acasă (în loc să aibă aceeași putere financiară ca și soții lor) sau pentru că au dorit să se căsătorească (în loc să trăiască în concubinaj sau să-și crească singure copiii).

Aceste femei îmi spun cum mamele sau soacrele lor le iau în râs, făcându-le „leneșe" fiindcă sunt casnice în loc să aibă cariere, și că prietenele lor le disprețuiesc pentru că au dorit să se căsătorească și să aibă grijă de bărbatul lor. Ele vorbesc de singurătate, pentru că prea puțini sunt cei care le împărtășesc valorile orientate spre familie.

Astfel, femeile care au ales să-și dedice viața familiei sunt marginalizate, în timp ce acelea care au hotărât „să aibă totul" ajung să sufere de sindromul femeii grăbite. În general, acestea sunt femeile care nu prea au grijă de copiii sau de soțul lor. De ce? Pentru că, atunci când ești obosit și stresat de solicitările unei noi slujbe (sau de riscul de a fi concediat), ai tendința de a face pe altcineva să plătească (fie și pe străinii din trafic), pentru că nu ai nimic altceva de oferit.

Îmi aduc aminte de o astfel de femeie, de pe vremea când practicam medicina. Era căsătorită și avea un băiat adolescent. A venit la ședința de consiliere în costumul ei frumos de serviciu, cu pantofii lustruiți și cu o servietă destul de uzată. A intrat furioasă, supărată pe

faptul că soțul ei a avut îndrăzneala să-i ceară puțin timp pentru a discuta după ce s-a întors de la serviciu.

— N-are niciun pic de respect? a izbucnit ea. Nu înțelege că sunt obosită, că vin acasă după o zi grea și, pur și simplu, vreau ca nimeni să nu-mi ceară nimic?

M-am uitat la ea în liniște pentru o clipă, apoi i-am șoptit:

— Da, la primul subiect; nu, la al doilea.

S-a uitat lung la mine, apoi a început din nou cu lamentațiile legate de egoismul și de lipsa lui de sensibilitate.

Din nou m-am uitat la ea o clipă, apoi i-am șoptit:

— Egoismul și lipsa *lui* de sensibilitate?

S-a așezat și a început să plângă.

Multe femei căsătorite, care au copii, ajung până acolo, încât își periclitează sănătatea și au un comportament din ce în ce mai reprobabil. Nu e vorba de solicitările soților și ale copiilor lor; problema o constituie ideea lor de viață plină. „Să ai totul" începe să însemne „a te băga în toate și a nu ști nimic". De asemenea, este vorba de o capcană din care nu mai poți ieși. Dacă serviciul este solicitant și epuizant și timpul limitat, iar temperamentul nu, sentimentul de vinovăție te îndeamnă la o activitate mai intensă împreună cu copiii pentru a „cosmetiza" neglijarea și grija insuficientă. Asta conduce la programe frenetice conținând activități extrașcolare, care ajung să suprasolicite și să streseze deopotrivă și copiii, și părinții. Mesele la fast-food, luate pe fugă, încep să le înlocuiască pe cele sănătoase, hrănitoare, pline de veselie, intime, în familie, ceea ce duce la izolarea membrilor acesteia, fiecare ocupându-se doar de treburile lui.

Și, din moment ce soțul este un adult, e lăsat să facă ce vrea sau e considerat prea insistent pentru că are așteptări rezonabile în ceea ce privește viața sentimentală și aceea a familiei.

Am primit foarte multe telefoane de la femei care se plângeau că pretențiile nerezonabile, egoiste, lipsite de sensibilitate, plictisitoare ale soților lor față de o „femeie obosită" reprezintă un fel de abuz mental! Hai să fim serioși!

Am primit un telefon de la o pereche căsătorită, Tina, de patruzeci și șase de ani, și Jerry, de cincizeci și șase. Jerry a pus în discuție disputa lor legată de numărul de contacte intime care ar trebui să existe într-o căsnicie:

JERRY: Eu zic că, pentru o relație bună, sănătoasă, este normal să facem dragoste de cel puțin trei ori pe săptămână. Ea crede că o dată sau de două ori, la două-trei săptămâni, înseamnă o relație sănătoasă. Eu am zis că trebuie să vă sunăm, pentru că dumneavoastră știți ce e sănătos și ce nu.

DR. LAURA: Mulțumesc pentru încredere. Tina, ai auzit ce a spus Jerry. A pus el bine problema?

TINA: Da, da, cam așa este.

DR. LAURA: Ai vrut vreodată să faci mai mult sex decât acum?

TINA: Ei bine, nu e vorba că nu-mi place. După ce m-am căsătorit cu Jerry, o făceam foarte des.

DR. LAURA: Atunci, ce s-a întâmplat, te-ai plictisit?

TINA: Poate că e vorba de puțină plictiseală. Dar cel mai important e că am cam obosit.

DR. LAURA: Tina, asta nu e o scuză. Este *obligația* ta să fii sănătoasă și în formă pentru a-i face față soțului tău. Nu poți să spui în fiecare zi „sunt obosită", iar el să accepte faptul că această parte importantă, intimă, a vieții lui este pur și simplu controlată de lamentația ta. Este obligația ta să nu fii obosită tot timpul. Așa

că dormi puțin, mănâncă mai multe proteine, ia vitamine. Cum poți să-i faci una ca asta? Cum ar fi fost dacă el ți-ar fi spus „sunt prea obosit și nu mă mai duc deloc la serviciu"? Aveți obligații unul față de altul și una dintre ele este să nu fii mereu obosită. Nu e o scuză acceptabilă. Acum, dacă actul sexual a devenit monoton, ce ai făcut pentru a-l mai diversifica puțin?

TINA (ușor nemulțumită): Ce am făcut *eu*?

DR. LAURA: Da, Tina, ce ai făcut tu pentru a-l diversifica?

TINA: De ce eu trebuie să fac totul?

DR. LAURA (șocată): Pentru că ești unul dintre cei doi implicați în actul sexual.

TINA: Ei, uneori mai aprind lumânări, dar sunt nemulțumită mai ales în timpul săptămânii, pentru că amândoi avem slujbe destul de solicitante.

DR. LAURA: Tina, soțul tău nu se plânge că slujba lui foarte solicitantă îl face să te neglijeze sau să te respingă. Orice femeie care își permite ca toate celelalte modalități de petrecere a timpului să interfereze cu dragostea și intimitatea cuplului se comportă prostește. Programul tău este prea încărcat și trebuie să-l schimbi. Sarcinile pe care le ai în afara căsniciei sunt prea solicitante. Asta te face să fii ostilă și negativistă în ceea ce privește intimitatea, care este o mare bucurie și binecuvântare într-o relație. De asemenea, bărbații au nevoie de încurajare, de acceptare și de atașament din partea femeilor, și asta presupune și intimitatea sexuală.

TINA: Bine.

DR. LAURA: Așa că asta *este* obligația ta. Nu faptul de a te epuiza la serviciu.

TINA (râzând): Da, mă consum la serviciu...

DR. LAURA (râzând): Te-ai căsătorit cu el pentru că îl iubeai și ai vrut să-l faci fericit.

TINA: Da.

DR. LAURA: Și n-am auzit prea multe femei să fie nefericite din cauza orgasmului extraordinar oferit de soțul lor. Orgasmul te va face să zâmbești... și va alunga multă tensiune.

Asta e. Dacă hotărăști că cel mai important rol din viața ta este acela de furnică, ți se va părea că pierzi timpul cu obligațiile pe care le ai față de soț și copii, acestea fiind cele care te vor salva de epuizarea la serviciu. Acolo nu ești iubită, adorată și dorită din punct de vedere sexual. Dar fii atentă la lupta surdă care se dă acolo, la concedieri, la substitutele computerizate și mecanizate ale oamenilor de la serviciu. Iar tu ești o zeiță pentru copiii tăi și o regină pentru soțul tău. Să vedem. În afară de chestiunea salariului, unde avem parte de mai multă apreciere și recompensă?

Acum aș vrea să clarific un aspect. Nu le sugerez femeilor căsătorite să nu lucreze. Nu vreau să spun că nu există o formă valabilă de exprimare personală a creativității și a talentelor în afara granițelor casei. Evident, și eu am activitatea mea de la radio și mai sunt și scriitoare. De-abia am luat startul. Îmi place să accept provocări și să fac servicii. Dar, din prima zi, am stabilit clar, împreună cu soțul și copiii mei, că, dacă un anumit lucru ne va afecta familia, acesta va fi înlăturat. Una e să ai o zi obositoare și stresantă, sau chiar o săptămână. Alta e însă să permiți activităților exterioare, oricât de importante ar părea, să stea în calea obligațiilor asumate prin jurămintele rostite la altar sau a celor morale ori născute din iubire.

Caroline, o ascultătoare, a învățat această lecție și a câștigat la loteria spirituală:

„Odată, după o zi grea, întorcându-mă acasă să pregătesc masa, să fac curățenie, să spăl copiii, să am grijă de nevoile soțului meu, i-am spus acestuia că eram extrem de stresată, iar el mi-a sugerat să renunț la slujbă. Și vorbea serios. Nu-i plăcea să vadă că încercam să găsesc pe cineva să aibă grijă de copii sau că nu aveam timp pentru a-mi îndeplini sarcinile de soție sau mamă.

Când am luat decizia de a renunța la serviciu, nu am făcut-o numai pentru binele copiilor mei, ci și pentru a-mi susține soțul care muncește din greu. Acum gătesc aproape toate mesele din timpul săptămânii, în loc să încălzesc semipreparatele în cuptorul cu microunde sau să mergem la un fast-food. L-am întrebat pe soțul meu: «Cum de reușeam să fac totul? Să lucrez cu normă întreagă, să mă duc cu copiii la evenimente sportive, la biserică, să am o viață personală etc.?», dar el mi-a replicat: «De fapt, n-ai reușit».“

Modul în care mass-media de orientare liberală gestionează problema femeilor ocupate este acela de a-i condamna pe bărbați că nu preiau ei povara casei, că le lasă pe soțiile lor să se ocupe de curățenie, de gătit și de creșterea copiilor. În primul rând, nu e deloc adevărat — bărbații le ajută pe femei în gospodărie. Da, știu că expresia „le ajută“ le înfurie pe multe feministe, dar asta numai pentru că nu-și dau seama că bărbații și femeile au temperamente, nevoi, atitudini, fiziologii sau psihologii diferite; ele văd o lume unisex. Și lumea aceasta există numai în imaginația lor naivă. În lumea reală, femeile au menirea unică de a stabili legături, de a crea un cămin și de a hrăni. Bărbații au menirea de a proteja, de a asigura mijloace de trai, de a cuceri. Asta nu înseamnă că bărbații nu pot da de mâncare copiilor sau că femeile nu pot escalada munții, dar, dincolo de variațiile individuale ale constituției și temperamentului, femeile și bărbații sunt diferiți. Compatibilitatea și armonia apar atunci când este respectată diferența, și aceasta e chiar plăcută, nu trebuie negată sau terfelită.

Multe femei talentate, excepționale, au constatat că, atunci când sunt bine ancorate în familie, creativitatea lor găsește un loc propice pentru a prinde aripi. Cu o zi înainte de a scrie această pagină, am primit un roman și o scrisoare de la o autoare debutantă de literatură polițistă, Kathleen Antrim. Iată un fragment din scrisoarea pe care mi-a trimis-o împreună cu romanul, *Capital Offense*:

„Mă simt ca și cum aș fi absolvit Școala Vieții a doamnei doctor Laura. Împreună cu soțul meu, am stabilit că, atunci când vom avea copii, eu voi sta cu ei acasă. Deci, când am avut primul copil, am renunțat la cariera mea din domeniul vânzărilor și al marketingului. Am convingerea fermă că poți să-ți pui copiii și familia pe primul loc și, în același timp, să-ți urmezi visurile personale! Sunt o dovadă vie în acest sens.“

Acum, puțină atenție. Picioarele unei femei pot fi *prea* bine ancorate *doar* într-o parte a familiei. Lynda, o ascultătoare, recunoaște această problemă:

„Cel mai important lucru pe care l-am învățat referitor la îngrijirea și satisfacerea nevoilor soțului, după trei eșecuri, este că Dumnezeu știa despre ce vorbea atunci când a spus, în Facerea: *«lepădându-se de ceilalți». Noi, femeile, uităm acest lucru, mai ales că atunci când*

apar copiii. Eu însămi am uitat asta pe vremea când eram căsătorită cu tatăl copiilor mei, timp de șaptesprezece ani. Rareori mergeam undeva „singuri", și i-am ignorat total nevoile. Mereu consideram că pe primul loc se află copiii mei și nevoile lor. N-aș fi putut să-l pun pe el pe primul loc."

Sute de bărbați mi-au scris despre durerea de a fi marginalizați după ce s-au născut copiii lor. După ce soțiile lor au devenit mame, n-au mai avut timp să fie și soții. Bărbații le complimentează pe soții, spunându-le că sunt niște mame extraordinare, dar își manifestă durerea de a nu li se mai arăta iubire, afecțiune sau interes sexual. Replica tipică a unei femei căreia i se reproșează acest lucru este: „Abia am timp să îngrijesc o persoană, și copilul nostru este această persoană. Sunt prea obosită pentru tine."

Asta îi pune pe tați în postura neplăcută și păguboasă de a se afla în competiție cu copiii lor, chiar să se înstrăineze de ei, deși îi iubesc foarte mult. Le lipsesc afecțiunea, tovărășia și sexul pe care le aveau înainte alături de soțiile lor. Se simt dați la o parte și considerați neimportanți.

Și apoi, desigur, după ce tiparul a fost creat, soțiile mă sună, plângându-se că soții lor nu mai sunt atenți și nu mai fac ceea ce vor ele. Ca să vezi.

Iată un telefon de la una dintre aceste femei, Lynn.

LYNN: Am o fiică de douăzeci și două de luni și sunt o mamă devotată. De Ziua Mamei, soțul meu nu a făcut nimic pentru mine — nicio felicitare, nimic. Așa că mă simt destul de nemulțumită.

DR. LAURA: De ce s-a supărat?

LYNN: Nu știu.

DR. LAURA: Ce bănuiești?

LYNN: Ei bine, l-am întrebat despre asta seara trecută și cred că i se pare că nu primește destulă atenție sau că mă concentrez mai mult asupra copilului, dar...

DR. LAURA: Cu alte cuvinte, este neglijat, așa că nu mai vrea să-ți facă pe plac. Doamnă, este foarte simplu. Unele femei au tendința de a deveni foarte egoiste atunci când au copii. Încep să creadă că aceștia sunt centrul universului lor și că soții ar trebui să se rotească întruna precum Uranus, fie că vor primi vreo recompensă, fie că nu. Nu merge așa. Oamenii încep să se simtă respinși, înstrăinați. Pe bărbați, asta îi face să nu mai aibă nicio motivație de a fi romantici.

LYNN: E greu totuși să fii afectuos față de un bărbat care nu ți-a dat atenție de Sf. Valentin.

DR. LAURA: Este o consecință a faptului că îți ignori bărbatul.

LYNN: Bine.

DR. LAURA: În loc să faci atâta caz că nu ți-a luat un cadou, mai bine consideră acest fapt un semn că ar trebui să-l tratezi ca pe bărbatul tău, dacă vrei ca și el să te trateze ca pe soția lui. Faptul că ai născut nu te îndreptățește să-l ignori. Și probabil că nu-i acorzi nici zece la sută din atenția pe care i-o acordai pe vremea când te întâlneai cu el.

LYNN: Probabil nu. Deci eu trebuie să fiu aceea care sparge gheața? Asta vrei să spui?

DR. LAURA: Numai tu ai puterea de a ieși din acest cerc vicios.

Apoi și-a exprimat cu voce tare îngrijorarea că, dacă va sparge gheața, fiind din nou iubitoare și atentă, poate că el nu-și va schimba atitudinea față de ea și atunci se va simți rănită. Adevărul este că bărbații uită aproape

tot atunci când femeile îi tratează cum se cuvine. În mod clar, ei nu sunt ranchiunoși cu tenacitatea pe care o manifestă majoritatea femeilor. Să nu uităm, bărbații sunt niște ființe simple, dependente de soțiile lor, dorind acceptare, aprobare și afecțiune. Când aceste trei aspecte sunt respectate, totul funcționează cum trebuie.

Connie, o altă ascultătoare, mi-a scris explicându-mi că expresia „sunt foarte ocupată cu copiii pentru a-l mai iubi pe soțul meu" nu a intrat niciodată în vocabularul ei. A acceptat sfatul de a-și face mereu soțul să se simtă cea mai importantă persoană din viața ei de la un prieten care divorțase de „soția lui perfectă" după douăzeci și cinci de ani de căsnicie. Acesta se plângea: „Când veneam de la serviciu, toți erau prea ocupați ca să mă mai bage în seamă..."

Ken, un ascultător, a scos în evidență faptul că multe soții au un punct comun: „După ce devin mame, se transformă treptat în cea de-a doua mamă a soțului lor." Asta înseamnă că „ arată ca" și „se comportă ca" o mamă pasională! Ken spunea:

> *„Se fâțâie tot timpul îmbrăcate în «veșmintele de mamă», nu ca atunci când încercau să pescuiască «un tată», iar această imagine permanentă îi face pe mulți bărbați să le piară cheful sau îi împinge în alte direcții... Nu numai că multe soții arată tot timpul ca niște mame, dar se comportă mereu așa în familie: ordonă, îndrumă pe toată lumea și pun totul în mișcare. Dacă totul merge ca pe roate, uită să mai revină la rolul de soție, de femeie, de iubită, în clipele de intimitate petrecute alături de soții lor."*

Femeile se plâng de multă vreme că bărbații își aduc serviciul acasă fie în serviete, fie în suflet. În mod asemănător, o femeie ar trebuie și ea să aibă grijă să nu fie obsedată de problemele domestice, cotidiene, în timp ce restabilește legătura cu „bărbatul ei" la finalul unei zile solicitante și obositoare.

Am auzit adesea cum anumite neofeministe supărate se plângeau de faptul că societatea (citește: bărbații) are pretenția ca femeile să aibă un trup perfect: fără grăsime, fără riduri, fără păr alb. Cinstit vorbind, există bărbați superficiali pentru care lucrul acesta este valabil, dar cea mai mare parte consideră că atitudinea, comportamentul prevalează în fața unei înfățișări perfecte. Dacă o soție se *comportă* sexi, este *seducătoare* și din când în când *se uită* la soțul ei, îl *atinge* și *vorbește* cu el, își manifestă interesul, dragostea, respectul și atracția, bărbatul va face orice, va merge oriunde și va dărâma munții pentru familia lui. Pe de altă parte, dacă ea este prea ocupată să-l fixeze într-un tipar, pentru ca lumea ei să fie ordonată, fără să-și mai aducă aminte să fie tovarășa, iubita, femeia lui, atunci și el va uita de Sf. Valentin, de aniversări și de zile de naștere. Nu e greu de înțeles, nu-i așa?

Evan, un ascultător, confirmă această realitate:

> *„[Soția mea] simte că, dacă nu îmi reamintește tot timpul, voi uita să fac un anumit lucru. De fapt, mă face să mă simt de parcă aș fi copilul ei și că trebuie să mă verifice. Este umilitor. Vreau să fiu admirat. Vreau să fiu recunoscut ca întreținător al familiei și să mă asigur că toată lumea e bine îngrijită. Cel mai mult îmi place să mă simt ca un erou. Ca «bărbatul» ei. Nu ca băiatul ei."*

Așa cum a spus odată o ascultătoare a emisiunii mele: „Mama zicea mereu: «Înainte de a avea un copil, ai un soț — să nu uiți asta!»"

Trebuie să repet că, uneori, domeniul de interes al unei soții devine atât de acaparat de obligațiile legate de familia ei, încât pierde din vedere nevoile soțului și obligațiile pe care le are față de acesta. O idee fundamentală pe care o împărtășește marea majoritate a femeilor căsătorite este aceea că soții trebuie să le slujească și că orice dorință a acestora este insensibilă și egoistă. Când le spun ascultătoarelor că au diverse obligații față de soții lor, în general, apar două reacții: prima este de surprindere, a doua, de mânie în fața oprimării resimțite.

Gândiți-vă o clipă: câte reviste pentru femei vorbesc despre obligațiile femeilor față de bărbații și copiii lor? Prea puține. Articolul de fond tratează problema binemeritatei libertăți: creșă în loc de îngrijirea copiilor, sex în afara căsătoriei în loc de mariaj, legături amoroase în loc de fidelitate, copii cu un singur părinte în loc de un cămin cu doi părinți — toate acestea sunt considerate a fi îndreptățite în cazul femeilor.

Multe tinere sunt rodul unor divorțuri sau al unor familii care n-au mai apucat să se închege, au fost neglijate de cariera mamei, îndoctrinate de tot felul de teorii feministe, înconjurate de o cultură care glorifică recompensa egoistă în locul sacrificiului. Nu e de mirare că multe dintre ele sunt „surprinse" să audă că au obligații față de soți sau copii și sunt uimite de recompensa care decurge de aici. Tocmai pentru ele este necesară această carte.

Multe femei își asumă povara unor obligații față de tot felul de membri ai familiei și de prieteni, fără a se mai simți oprimate sau supărate. Multe soții le permit unor prieteni sau rude care au o influență distructivă să le viziteze sau să se mute în casele lor, în pofida dorinței soților, pentru că au decis că această faptă bună trebuie făcută, și apoi — surpriză! — nu mai au timp pentru parteneri.

O ascultătoare, Karen, a făcut asta de nenumărate ori. A fost căsătorită timp de șase ani și are un băiat de aproape doi ani. La scurt timp după ce a rămas însărcinată, mama ei s-a îmbolnăvit de cancer și s-a mutat cu ei. Când s-a născut copilul, starea de sănătate a mamei a început să fie din ce în ce mai proastă, iar Karen s-a considerat răspunzătoare de îngrijirea amândurora. S-a gândit, probabil, că soțul ei putea avea grijă de el și singur.

Apoi, într-o zi, l-a surprins uitându-se la niște fotografii porno pe internet și s-a decis că a venit timpul să-l părăsească. Și-a luat fiul și mama și s-a mutat cu surorile ei mai mari. După ce mama ei a murit, Karen a continuat să locuiască împreună cu surorile ei. Peste doi ani, soțul ei și-a manifestat regretul de a se fi uitat la fotografiile acelea și a dorit să formeze din nou o familie. Karen și-a exprimat dragostea față de el, dar, deși considera că locul copilului era alături de tată, a mai apărut o problemă, serviciul acestuia, undeva în California, așa că s-a decis să rămână pe Coasta de Est alături de surorile ei.

DR. LAURA: Dar tu ai mereu aceeași problemă, Karen. E vorba mereu numai de tine: copilul tău, mama ta, unde vrei tu să fii, cum te simți tu. Pare să nu fie niciodată vorba de faptul că ești soția cuiva.

KAREN: Așa e.

DR. LAURA: Sunt surprinsă că ești de acord cu mine. Totuși, asta nu e o atitudine de femeie măritată. De regulă, femeile presupun că, odată ce s-au căsătorit, au atâtea treburi pe cap, încât el trebuie să fie cuminte și să accepte. Oare de ce se întâmplă așa?

KAREN: Nu știu.

DR. LAURA: Trebuie să te muți acolo unde se află soțul tău; el este întreținătorul familiei. Nu ți-e destul de clar? Cred că nu.

KAREN: Da, dar el zice că e dispus să vină aici și să-și caute o slujbă.

DR. LAURA: El are o slujbă. Nu cred că o să-i ceri să renunțe la siguranță pentru nesiguranță, încercând să caute un serviciu. De fapt, e timpul să-ți părăsești familia în care te-ai născut. Când te-ai măritat, ți-ai întemeiat o familie a ta. Ești înconjurată de surori mai mari necăsătorite, fără obligații, există asistență medicală, aziluri, dar tu le-ai luat locul și ți-ai abandonat soțul.

Dar dacă ar fi făcut el toate astea? Dacă ar fi fost interesat numai de copil, de mama lui, de familia în care s-a născut, de locul în care ar fi vrut să trăiască, de faptul că era epuizat, frustrat... și te-ar fi ignorat cu desăvârșire? Ai fi simțit că nu ai niciun rost, că nu e loc și pentru tine în viața lui.

KAREN: Exact. Așa se simte el.

DR. LAURA: Și cum de ți s-a părut că un asemenea comportament e acceptabil?

KAREN: Nu știu.

De fapt, știa, dar nu-și dăduse seama până când nu i-am arătat cum stăteau lucrurile. A reieșit că în familia ei nu existase niciun bărbat — tată, soți ai surorilor mai mari, cineva implicat în viața lor în copilăria și adolescența ei. Mama și surorile erau divorțate. Din moment ce bărbații nu erau o problemă, nici soțul ei nu fusese... până acum.

DR. LAURA: Bine, știi ce? Cred că toate surorile tale se simt mizerabil și au serioase probleme emoționale.

KAREN: Da, așa e.

DR. LAURA: Vrei să fii și tu ca ele? Sau vrei să fii o femeie măritată fericită, cu un copil care se dezvoltă frumos?

KAREN: Da, sigur că vreau să fiu o femeie măritată fericită.

DR. LAURA: Atunci, du-te la soțul tău și fă-l să se simtă important. Sună-l chiar azi. Spune-i că-l iubești și că băiatul vostru are nevoie de el. Spune-i că veniți.

Karen mi-a explicat că principala ei problemă consta în faptul că se simțea obligată față de surorile ei și că nu știa cum să scape de asta. I-am reamintit că, pentru o femeie căsătorită, soțul și copiii se află în fruntea listei de priorități. I-am mai spus că familia ei era „bolnavă", pentru că niciuna dintre surorile ei nu reușise să mențină o relație funcțională cu un bărbat și că erau foarte mulțumite să-i submineze și ei căsătoria.

În acest moment, a înțeles.

Adevărul e că viața e scurtă și că există atâtea lucruri care ne solicită energia. Trebuie să alegem. Iar dacă nu-ți pui soțul în fruntea listei de priorități, din păcate totul se întoarce împotriva ta.

„EȘTI MOFTUROASĂ!"

„Draga mea, face parte dintre îndatoririle tale de soție să-mi amintești de sarcinile pe care nu le îndeplinesc, așa cum este îndatorirea mea de soț să-ți reamintesc de sarcinile care îți revin ție. Știi că fac tot ce pot, dar dacă nu știu ce anume nu am făcut, cum aș putea să fac acel lucru? Există o diferență între a te plânge de ceva și a aduce la cunoștință, între a critica și a reaminti."

— BILL

„Deci, care e sugestia mea în legătură cu îngrijirea și satisfacerea nevoilor bărbaților? În primul rând, vreau ca soția mea să nu se mai plângă. E ușor să te lamentezi ce viață grea ai. Când o prind într-o «dispoziție bună», timp de douăzeci de minute trebuie să-i îndur reproșurile, abia apoi o pot atinge. Îmi imaginez că, dacă aș reuși să-i mai iau ceva din povara gospodăriei, i-aș câștiga afecțiunea. Nici vorbă. Niciodată nu e suficient și mereu greșesc. Puțină afecțiune ne-ar mai îmbunătăți căsnicia."

— BRUCE

Bruce are dreptate. Nemulțumirea generală a bărbaților care îmi trimit e-mailuri cu opiniile lor despre „îngrijirea și satisfacerea nevoilor soților" constă în faptul că soțiile critică, se plâng, sunt mofturoase, rareori fac complimente sau își exprimă aprecierea, sunt greu de satisfăcut și, de fapt, se poartă mai frumos cu un străin care sună la ușă la ora trei dimineața decât cu ei! Nu e vorba de bărbații care își urăsc soțiile sau care au divorțat; dimpotrivă, e vorba de cei care își iubesc soțiile și care încearcă să facă orice pentru a le satisface. Totuși, aceștia se simt neajutorați și singuri.

Ken, un alt ascultător de treizeci și opt de ani, este căsătorit de nouă ani și are un copil de aproape trei ani. Mi-a scris despre cicăleala soției, explicându-mi că o nevastă se poate plânge de soțul ei, dar ar trebui să enunțe problema respectivă fără „țipete, agitație, certuri, acuzații sau lamentații". Ken e de părere că o soție trebuie să spună ceea ce crede, să discute posibilitatea unei soluții și apoi să treacă mai departe.

Sunt de acord. Bărbaților nu le place atunci când femeile nu știu altceva decât să „tune și să fulgere", spune Ken. Dacă un bărbat nu-și poate găsi liniștea în casa lui, unde ar trebui să se simtă relaxat, acceptat, iubit și mulțumit, nu numai că detestă să mai vină acasă, dar începe să-și urască soția. Această realitate tristă este adesea acceleratorul unor atitudini prostești, de pildă, consumul de alcool și droguri, site-urile porno de pe internet, un flirt nepotrivit sau chiar mai rău.

Iar femeile sunt nemulțumite și se plâng nu numai de aspecte din sfera domestică; ele pot fi negativiste, ostile și răutăcioase față de orice „problemă a băieților". John și Maria mi-au scris despre observațiile lor referitoare la cuplurile care au această problemă. Soțiile se amuză atunci când bărbații încep să discute despre armată, sport sau bursă. „Același grup de femei ar păli dacă bărbații ar râde de croșetatul lor, de gătit, de saună sau de cumpărături." Foarte adevărat.

John și Maria mai vorbeau și despre femeile care se înscriu în tot felul de cluburi feministe sau alte activități de grup și care au pretenția ca soții lor să stea acasă și să aibă grijă de copii (lucru pe care bărbații îl fac cu plăcere), dar nu acceptă ca ei să se ocupe de tot felul de treburi bărbătești fără ele, cum ar fi pescuitul, jocul de cărți sau chiar meșteritul în garaj. Li se pare că soții le neglijează, că sunt insensibili și egoiști, în timp ce ele

sunt atât de ocupate cu treburile zilnice, încât au nevoie de puțin timp și pentru propria persoană. Uite cine vorbește de insensibilitate și egoism!

În afară de lamentația pe tema „problemelor băieților", mai există și aceea legată de trecutul lor amoros. Astfel de telefoane mi-au pus serios la încercare răbdarea. De curând, m-a sunat o soție pentru a afla dacă ar trebui să aibă o discuție cu soțul ei despre o felicitare de Crăciun pe care el a primit-o de la o fostă prietenă. Se pare că această fostă prietenă (una foarte veche) i-a trimis felicitarea de Crăciun împreună cu fotografii ale familiei ei fericite și cu una dintre acele „scrisori actualizate". Ascultătoarea mea se plângea de caracterul prea personal al acestei epistole.

DR. LAURA: Ce anume era provocator sau seducător în acea scrisoare? Și nu uita, ai o singură șansă să-ți demonstrezi punctul de vedere, așa că dă-mi cel mai grăitor exemplu, bine?

ASCULTĂTOAREA: Scria despre faptul că scăpase de un cancer la sân.

DR. LAURA: Te simți amenințată de o femeie care are un mariaj fericit, care îl contactează pe soțul tău numai o dată pe an, de Crăciun, și care a avut cancer la sân? Te plângi des despre niște chestiuni atât de neînsemnate, care nu-l privesc deloc pe el?

Nu știu dacă mă credeți, dar s-a încăpățânat să considere trimiterea felicitării drept un comportament deplasat, de aici rezultând faptul că urma să aibă o discuție cu soțul ei. Mi-a părut rău de bietul om, care probabil nu a avut un Crăciun prea fericit.

Toate aceste nazuri, chițibușuri și critici pe care bărbații le suportă zi de zi din partea soțiilor (recunoașteți, fetelor, asta facem noi) nu au un efect prea mare asupra lor. Se străduiesc mai tare un timp, apoi renunță... și noi avem și mai multe de criticat. Iată că am intrat într-un cerc vicios!

Jim, un ascultător, cu un masterat în științe, care predă un curs de informatică la facultate, își ajută colegii care au probleme cu computerele, are grijă de un laborator de cercetare, operează cu numeroase echipamente (basculante, tractoare, fierăstraie electrice etc.) și supraveghează un club studențesc.

„Mereu am fost lăudat pentru performanțele mele. ACASĂ NU FAC NIMIC BINE! Uneori, mă gândesc câteva minute la o sarcină obișnuită, încercând să decid ce trebuie să fac. După ce am cântărit toate argumentele pro și contra, iau o decizie și trec la acțiune. Aproape fără excepție, mi se spune: «De ce ai făcut asta? Acum nu mai pot...» sau «Cine a pus... aici?» ori, mai pe șleau: «E o tâmpenie.»

De multe ori, soția mea alege soluția cea mai puțin justificată, respingând-o pe a mea. Nu vrea niciun fel de explicație, iar dacă îi atrag atenția că tocmai m-a făcut tâmpit, cel mai probabil urmează o ceartă, nicidecum scuze.

Toate astea te macină."

Omul vorbește serios. Și soțul lui Cathy a avut dreptate, înainte de a o părăsi. Cathy, o altă ascultătoare, mi-a scris că s-a căsătorit atunci când avea „douăzeci și cinci de ani și era imatură". A recunoscut că e absorbită de sine, de casă, de copii. Soțul ei vine acasă după o zi grea de muncă și ea nu face altceva decât să se plângă de copii și de casă. Se plânge și face nazuri în legătură cu viața *ei*, care este, în realitate, privilegiată. Niciodată

nu l-a întrebat ce face la serviciu, cum și-a petrecut ziua sau dacă e fericit.

„I-am călcat în picioare sentimentele și, până la urmă, eu l-am pierdut în favoarea altei femei, iar copiii mei și-au pierdut tatăl. Doamne, dacă aș fi avut grijă de el așa cum aveam de copiii mei! Am trecut de patruzeci de ani și nu pot decât să mă învinuiesc pentru egoismul și prostia mea. Măcar de-aș învăța ceva din greșeala asta."

Cathy s-a recăsătorit și se poartă cu totul altfel cu actualul ei soț. Mereu îl întreabă cum și-a petrecut ziua, el îi descrie în detaliu ce face la serviciu și ea se arată foarte interesată, chiar și atunci când nu înțelege foarte bine despre ce e vorba. Se trezește odată cu el și îi aduce cafeaua înainte de a pleca la serviciu, îl servește cu un pahar de vin când sosește acasă și nu-l mai pisează cu problemele casei. Niște gesturi simple! Și cât de schimbată e atmosfera căminului!

Sunt convinsă că multe soții nu știu ce să facă sau cum să comunice decât plângându-se, făcând nazuri sau criticând. De multe ori, le-am spus că tratează această problemă ca și cum ar avea de-a face cu un cățeluș. În loc să țipe permanent „nu!" la cea mai mică neplăcere, greșeală sau diferență de perspectivă, opinie sau stil, ar trebui să spună clar ce anume le place și ce își doresc. Pun pariu că în felul acesta vor obține mai mult!

Clarence, un ascultător, mi-a scris că soția lui seamănă cu o fetiță cu o buclă pe frunte. Când e bună, e foarte, foarte bună, dar când e rea, este îngrozitoare... și ofensatoare.

Pentru a-și crește cei cinci copii la țară (unde dorește soția lui să locuiască), el muncește treisprezece ore pe zi. Deși este epuizat atunci când vine acasă, încearcă totuși să-i ușureze viața soției sale... și poate și pe a sa. Adesea, spală vasele și, când uscătorul e plin, le șterge chiar el.

„Aș aprecia și un simplu «mulțumesc», dar în schimb aud: «ȘTII CĂ ÎMPRĂȘTII MICROBII CÂND ȘTERGI VASELE CU ȘERVETUL DE BUCĂTĂRIE!» Așa că atunci când uscătorul va fi plin, o să fac altceva. Care e replica? «DE CE NU POȚI ȘI TU SĂ SPELI TOATE VASELE?» Așa că data următoare le adun pe toate. Care e replica? «ȘTII CĂ AM UNS TAVA ÎN IDEEA DE A O MAI FOLOSI ȘI ALTĂ DATĂ, DAR ACUM, DIN CAUZA TA, TREBUIE S-O UNG DIN NOU!»

Așa că data viitoare când nu mai pot adăuga nimic la vraful de farfurii, mai stau vreo două ore ca vasele să se usuce singure și le pun la loc. Care e replica? «UNA DINTRE LINGURI ERA ÎNCĂ UMEDĂ CÂND AI PUS-O ÎN SERTAR!» Așa că data viitoare las baltă vasele și timp de două ore fac curățenie în sufragerie. Care e replica? «DE CE NU FACI ȘI TU NIMIC ÎN CASĂ? NU VEZI CĂ TREBUIE SPĂLATE VASELE?»

Așa că data viitoare stau în fața chiuvetei din bucătărie cu lacrimile curgându-mi pe obraz, dorind ca ajutorul meu să fie remarcat și fiind îngrozit de faptul că voi mai spăla o dată prost vasele. Care e replica? «VREAU SĂ DIVORȚEZ. ORICUM, TOT EU TREBUIE SĂ LE FAC PE TOATE!»

Aș fi mult mai fericit cu un simplu «mulțumesc»."

Discutând chestiunea nazurilor cu soțul meu, el mi-a sugerat că am experiența necesară să scriu acest capitol (să fi fost o aluzie?) și că acest comportament reprezintă o componentă a informației conținute în cromozomul feminin XX, că, pur și simplu, e inclus în ADN. Dar chiar dacă ar fi adevărat, oare nu putem scăpa de asta?

Oare noi, soțiile, suntem condamnate să fim mofturoase pentru că acesta este destinul nostru genetic?

Eu cred că nu.

Dar mi se pare o trăsătură mai degrabă feminină, iar femeile cred că este un drept căpătat prin naștere și că bărbații ar fi pierduți fără asta.

Eu nu cred că e așa.

Rachel, o ascultătoare, spunea și ea că a face mofturi este un drept care decurge din statutul de soție. Deși e căsătorită numai de un an, se ceartă cu soțul ei în fiecare zi! Ea dorește să meargă amândoi la un consilier matrimonial care să-i ajute să descopere unde e hiba. Simte că toate nevoile ei sunt importante. De exemplu, se plânge de faptul că el nu știe să spele vasele sau se supără pentru că uită ceea ce i-a spus în treacăt acum trei luni.

„Trebuie să-mi exercit dreptul de a mă plânge, altfel el nu va ști când face anumite lucruri care mă deranjează. Soțul meu nu trebuie să se enerveze, ci să accepte totul ca un bărbat."

Poate ca un colocatar, vrea ea să spună. Evident, asta le-a periclitat relația. Până la urmă, a recunoscut că și ea era vinovată și asta însemna că avea deja răspunsul: trebuia să-și țină gura. Și s-a întâmplat o minune. Se certau mai puțin. Căsătoria lor mergea mai bine. I-a cerut iertare soțului ei pentru că îi produsese atâtea necazuri.

Rachel a concluzionat: „Și acum am ajuns la esență: lamentațiile nu sunt o virtute. Lamentațiile nu conduc la nimic bun."

Așa e, dar aprecierea conduce la ceva bun. Citiți aceste două scenarii și alegeți-l pe cel care va ajuta la obținerea rezultatelor dorite.

Gunoiul trebuie aruncat.

Scenariul 1: Țipă la el din cinci în cinci minute pentru a-i aminti că gunoiul trebuie aruncat. Apoi ceartă-l pentru că încă nu a făcut-o, în pofida faptului că i-ai reamintit acest lucru, iar el se ocupă de altceva. Apoi treci la înrăutățirea situației prin punerea pe tapet a tot ceea ce te-a deranjat la el în ultimii zece ani. După ce a aruncat gunoiul, spune-i: „Era și timpul!" Apoi du-te în camera ta, trântește ușa, rămâi îmbufnată și dormi cu spatele la el.

Scenariul 2: Anunță-l că ai pregătit gunoiul, l-ai pus lângă ușă și roagă-l ca, atunci când va putea, să-l ducă afară. Nu-i mai reaminti (de ce să-l deranjezi? Oricum, gunoierii nu vin decât dimineața). Surprinde-l atunci când se întoarce de afară. Sărută-l și spune-i că te-a ajutat foarte mult, pentru că ție ți-e greu să ții cu o mână capacul tomberonului și să ridici punga grea cu cealaltă.

Care abordare crezi că îți va garanta că nu vei mai avea gunoiul în casă seara?

Jo, ascultătoarea care a sugerat Scenariul 2, mi-a scris:

„Bărbații sunt niște executanți, niște persoane directe. Motivul pentru care au tendința de a salva domnițe neajutorate este pentru că actul lor de cavalerism trebuie să fie admirat." :-)

Bărbaților le place să audă: „Ești eroul meu!" Ce e așa de greu să le oferi această recompensă? De unde vin falsa mândrie, egoismul, ranchiuna și încăpățânarea?

Charlie, un fermier, mi-a scris despre o conversație pe care soția lui a avut-o cu o vecină. Evident, soția lui Charlie a recunoscut că i s-a plâns acestei vecine că soțul ei nu prea are chef să îndeplinească sarcinile ce-i revin în gospodărie. Cealaltă femeie i-a spus soției lui Charlie

că ea nu avea această problemă cu soțul ei, pentru că „îl recompensează" pentru a îndeplini aceste sarcini.

După ce i-a povestit totul, soția lui Charlie i-a spus acestuia: „Sper că nu te aștepți să te recompensez pentru că te-ai ocupat de treburile gospodărești." Charlie și-a luat atunci pălăria și s-a îndreptat spre ușă, iar femeia l-a întrebat unde se duce.

Charlie i-a răspuns că voia să vadă dacă nu cumva vecina avea nevoie de cineva care să-i tundă gazonul.

„Soția mea tot nu înțelege. Aș fi mai bucuros să-mi îndeplinesc sarcinile dacă aș vedea din partea ei un semn de apreciere."

Cât de mioapă este soția lui Charlie! Se pare că multe femei își bat soții la cap ca semn al controlului exercitat asupra lor.

Sarah și soțul ei sunt căsătoriți de cincisprezece ani. Mi-a povestit că s-a căsătorit cu el pentru că era extrem de drăguț. Am intervenit imediat, sugerând că a făcut acea alegere pentru că o punea în postura de a-și putea exercita controlul. Acum i se pare că a fi „drăguț" înseamnă a fi „slab" și este frustrată de lipsa ajutorului din partea lui în ceea ce privește disciplinarea copiilor.

SARAH: Am vorbit despre acest subiect și i-am spus că vreau să mă ajute.

DR. LAURA: Numai că tot ce face el nu e bine, nu-i așa?

SARAH: Nu e vorba că nu face bine. Nu face nimic.

DR. LAURA: Pentru că, atunci când o face, îl critici. De fiecare dată când încearcă să facă ceva, ție ți se pare nepotrivit. Așa că acum nu vrea să se mai implice. Este un cerc vicios. Vă sugerez să vă duceți la consiliere. Consilierul îți va arăta cum să te calmezi și cum să nu mai greșești, și-i va spune și lui câte ceva. El trebuie să depășească această situație și să nu se plângă că nu deține controlul atunci când refuză să-l preia. Dacă vrea să se bucure de respect în ochii tăi și ai copiilor, trebuie să fie mai agresiv, lucru care nu prea îi stă în fire. Dar nici nu poate să-ți reproșeze totul ție! Acum vreau să te cercetezi timp de o săptămână și să te surprinzi criticându-l atunci când își exercită controlul. Când procedezi așa, lui i se pare că nimic din ceea ce face nu are niciun rost.

SARAH: Exact, chiar așa este.

DR. LAURA: Chiar dacă face doar 60% din ceea ce ți-ar plăcea ție să facă, este mai bine decât nimic. Vezi, Sarah, pare minunat să deții controlul, dar până la urmă ești depășită, ai nevoie de ajutor și îți vei dori un partener. De exemplu, dacă Johnny a aruncat intenționat apa în tufișuri, du-te la soțul tău și spune-i: „Te rog, vrei să te ocupi de asta?", și apoi ieși din cameră. Nici măcar nu te uita să vezi ce se întâmplă. După aceea — asta e partea cea mai importantă —, spune-i: „Mulțumesc!"

SARAH: Bine.

Este foarte dificil pentru bărbați să audă atunci când vin acasă de la serviciu că nu fac destule treburi gospodărești. Dacă spală vasele și li se reproșează că nu au spălat rufele, încep să se simtă neajutorați. Un ascultător, Chris, a trecut prin asta de atâtea ori, încât, până la urmă, a avut o aventură cu o femeie care, evident, îl trata ca pe un erou. În final, plin de remușcări și de iubire pentru familia lui, a renunțat la aventură și a colaborat cu soția lui pentru refacerea mariajului. Și-a încheiat scrisoarea cu aceste cuvinte pline de înțelepciune:

„Dacă ar trebui să trag o concluzie, aș spune: «Vă rog, doamnelor, recunoașteți că noi, bărbații, vă iubim, și, deși poate că vi se pare că nu facem prea multe acasă, noi ne ocupăm de toate treburile murdare, cum ar fi schimbatul uleiului, tunsul gazonului sau ne trezim de dimineață atunci când ninge, pentru a face potecă până la mașină, pornind motorul pentru ca vouă să vă fie cald atunci când vă urcați în ea. Ne-am duce chiar să vă cumpărăm înghețată în miezul nopții, și asta pentru că vă iubim."

Roy, un ascultător care se descrie ca fiind căsătorit, dar singur, crede că încearcă să fie un soț bun, dar e greu să fii bun când ți se reamintește mereu că nu te ridici la nivelul așteptărilor soției. Tânjește să fie un erou, dar, evident, ea preferă să-i atragă atenția că lasă lumina aprinsă, că nu șterge praful peste tot, că nu spală foarte bine farfuriile, că o întrerupe când vorbește, că nu alege bine locul de parcare, că merge prea încet cu mașina... și așa mai departe.

El le dă femeilor următorul sfat:

„Dacă nu puteți accentua lucrurile pozitive, măcar luați cunoștință de ele. Lumea este plină de mesaje adresate bărbaților, prin care li se atrage atenția că există standarde pe care ei nu le pot atinge. Întotdeauna e vorba de un alt bărbat mai frumos, mai viril, mai atletic decât noi. Niciuna dintre aceste trăsături nu contează dacă cea mai importantă persoană din viața noastră ne acceptă așa cum suntem și ne iubește, chiar dacă nu suntem perfecți.

Poate că mai rămâne ceva în noi și la maturitate din copilul care am fost, nu știu. Ceea ce știu e că bărbatul care are o soție care îl susține și laudă lucrurile bune pe care le face este invidiat de cei care trebuie să suporte criticile, sarcasmul și rememorarea permanentă a eșecurilor lor."

Toate aceste critici nu-i fac pe bărbați să se simtă *mai* iubitori, iar soțiile se plâng de lipsa de iubire. Este adevărat că simpla acțiune de a critica distruge sentimentele calde ale celui vizat. Dar, pe de altă parte, eliminarea sau diminuarea criticii produce o sporire a sentimentelor pozitive.

Sara îmi scria că nu și-a dat niciodată seama că era mai amabilă cu agenții de vânzări de la telefon decât cu soțul ei și că multe dintre prietenele ei căsătorite îi tratau și ele pe străini mult mai bine decât pe soții lor. Nu găsea nimic pozitiv în ceea ce făcea soțul ei, vedea numai noroiul pe care-l aducea în casă pe tălpile pantofilor.

Nu-și putea aminti de ce sau când începuse să se schimbe. Poate că, pur și simplu, toată această atitudine negativă i se părea insuportabilă. Poate că s-a întâmplat atunci când și-a dat seama că nu putea fi fericită dacă ieșea din casă fără machiaj sau fără să se îmbrace frumos, ori dacă purta colanți și tricou.

„În timp, am găsit anumite căi de a-l face pe soțul meu să se simtă ca un campion, pentru că așa și este, și voi renunța la atitudinea mea de a-i minimaliza importanța pe care o are în viața mea. Încă mai trebuie să aflu de ce m-am comportat așa, dar acum viața e minunată și schimbările mi-au adus o mare bucurie. Îmi iubesc soțul din ce în ce mai mult, pe zi ce trece."

Primesc mereu telefoane de la femei care se plâng că și-au pierdut sentimentul iubirii. Ele, desigur, își imaginează că îi lipsește ceva bărbatului lor. Se dovedește însă că nu e așa și că ele și-au călcat în picioare propriile

sentimente de iubire prin modul în care s-au purtat cu soții lor.

Adesea, sunt uimită de meschinăria lamentărilor și de incapacitatea de a vedea o altă cale de a gestiona situația. Prea des, percepția negativă care apare la început ajunge să domine toate emoțiile și rațiunea.

Tina m-a sunat să-mi povestească despre căsnicia ei care durează de aproape un an. Aceasta era a doua ei căsătorie, și aveau acum și un bebeluș. De obicei, în primul an de viață al copilului, mai ales dacă mama îl crește singură, emoțiile devin puțin supărătoare. Dar situația ei era chiar ridicolă.

Mi-a spus supărată că soțul ei a mințit-o în legătură cu pierderea verighetei.

TINA: El afirmă că și-a pierdut verigheta acum o lună. Nu mi-a zis nimic la vremea aceea. S-a dus la bijutier și a cumpărat o altă verighetă, identică cu prima. Am aflat asta atunci când am dat peste factura care a sosit prin poștă. Până la urmă, și-a găsit verigheta, și acum are două, o factură de la bijutier și și-a mințit nevasta.

DR. LAURA: Și-a mințit nevasta în legătură cu ce?

TINA: Nu mi-a spus că și-a pierdut verigheta.

DR. LAURA: De ce ți se pare că asta e o minciună?

TINA: Pentru că ar fi trebuit să-mi spună.

DR. LAURA: Faptul că nu a venit la tine să-ți spună nu înseamnă că e mincinos. Nu a mințit deloc. După felul cum ai primit informația, pot să înțeleg de ce nu a vrut să-ți spună nimic. Pari pusă pe ceartă. Deci, s-a dus și a înlocuit-o înainte să afli tu și să faci scandal. N-a vrut să te rănească, să te îngrijoreze sau să te supere. A încercat să rezolve problema fără ca tu să te necăjești. Iar acum vrei să-l pui la zid.

TINA: Mie mi se pare că nu a fost cinstit...

DR. LAURA: Știi, Tina, *sentimentele* tale nu sunt fapte, *sentimentele* tale nu trebuie să fie niște arme.

TINA: Deci, crezi că a procedat corect?

DR. LAURA: Da. A fost unul dintre puținele „lucruri corecte". Asta arată cu siguranță că dorește să nu te rănească sau să te supere. Și mai arată, de asemenea, că nu crede că poate vorbi cu tine despre asta fără ca tu să te înfurii.

TINA (sarcastică): Sunt sigură că ar fi bucuros să audă așa ceva.

DR. LAURA: Știi, Tina, sper că vei începe să te porți mai frumos cu el, pentru că ai un bebeluș și încă o căsnicie la activ. Cred că nu ar trebui să-ți scoți ghearele chiar așa de repede.

TINA: Bine. Mi se pare rezonabil. Cred că m-am purtat așa deoarece lipsa de onestitate este un subiect dureros pentru mine.

DR. LAURA: Ei bine, soțul tău nu a fost lipsit de onestitate, a fost disperat. Exagerezi pentru că ai niște amintiri neplăcute. Și asta ți-ar putea distruge prezentul.

TINA: Nu vreau să se întâmple așa ceva.

DR. LAURA: Atunci când vine acasă, vreau să-l îmbrățișezi și să-i spui că ai exagerat. Spune-i cât de frumos a fost din partea lui să salveze situația și să înlocuiască verigheta pentru a nu te supăra. Spune-i că ai trecut peste toate. Nu mai vorbi de trecut. Spune-i: „Îmi pare rău", și totul se va liniști.

TINA: Mulțumesc, așa o să fac. Țin mult la opinia ta.

Evident, motivul pentru care femeile scot repede ghearele este acela că au avut deja multe relații intime sau mariaje care sunt pentru ele surse de durere și dezamăgiri. Nu vor să fie rănite... din nou. Au devenit hipersensibile și se avântă repede în supoziții greșite.

Soțiile trebuie să-și iubească soții ca și cum n-ar fi fost rănite anterior. Altfel, își vor distruge prezentul.

Din păcate, este greu să găsească sprijin în acest sens din partea prietenelor, a rudelor sau chiar a grupurilor de întrajutorare.

Wendi, o ascultătoare, mi-a scris că în timpul celui de-al patrulea an al căsniciei ei tumultuoase, soțul i-a sugerat să participe la ședințele „Grupului mamelor" de miercurea dimineața. De atunci, soțul a observat schimbările petrecute în comportamentul lui Wendi în serile de miercuri, dar nu au fost cele la care au sperat amândoi.

„Grupul femeilor nu a reprezentat ajutorul pe care l-am sperat. În loc să găsească moduri practice de a deveni mame mai bune, întâlnirile constau în lamentațiile femeilor care se plângeau de idiosincraziile soților lor, de comportamente negativiste și de greșeli. Am fost educată să mă plâng și să reproșez un comportament real sau imaginar și să caut simpatia altor femei. N-am mai continuat. Eu și soțul meu am căutat un sfat adevărat de la un cuplu pios, este vorba de pastor și de soția lui, care sunt căsătoriți de peste cincizeci de ani. Ei ne-au învățat să ne respectăm unul pe altul, familia și intimitatea noastră. A fost important pentru amândoi să primim aceleași sfaturi, așa că am reușit să depășim această problemă."

Grace, o altă ascultătoare, a fost mai curajoasă în reacția ei față de lamentațiile atât de frecvente în cadrul grupurilor. În scrisoarea ei, ne spunea că făcuse parte dintr-un grup de femei la restaurantul unde lucra. Se pare că, la început, femeile s-au plâns că soții lor nu le mai satisfac, dar totul s-a transformat apoi într-o avalanșă de reproșuri îngrozitoare la adresa bărbaților.

Și Grace avea probleme în căsnicie, iar viața ei familială cam scârțâia. După o oră în care fiecare și-a exprimat cu năduf toate nemulțumirile, cineva a remarcat că Grace nu spusese nimic până atunci. I-au dat cuvântul, așteptând de la ea o nemulțumire majoră. Poate că în acel moment Grace a avut o „revelație". A început să spună membrelor grupului ceea ce gândea.

„Multe nemulțumiri apăruseră, de fapt, din vina lor. Au fost șocate. Le-am întrebat când a fost ultima dată când au pregătit o cină pentru soții lor și au mâncat la lumina lumânărilor, în verandă? Când a fost ultima dată când le-au masat spatele? Le întrebam când au făcut ultima dată ceva pentru soții lor. Toate stăteau și se uitau la mine.

Cred că regula de a da și de a primi, într-o căsnicie, a fost uitată de femei. Simțim că, după ce ne-am căsătorit, a dărui se referă la spălatul vaselor, la gătit și la îngrijirea copiilor. Ne așteptăm însă ca soții noștri să ne recompenseze pentru asta cu un masaj, cu flori, cu ieșiri în oraș, dar noi nu dăm nimic în schimb.

Îl recompensăm, oare, pentru că se duce la lucru, pentru că tunde gazonul sau repară mașina? Și el are nevoie să fie recompensat pentru astfel de lucruri. Dar nu e vorba aici de motivații. Nu sunt doar niște recompense. Faceți asta pentru că îl iubiți.

Dacă vreți să mențineți flacăra căsniciei voastre aprinsă, aveți nevoie și de altceva decât de o scânteie, mai e nevoie și de combustibil. Deci, dacă o femeie începe cu scânteia, bărbatul urmează și adaugă și el câteva lucruri plăcute, apoi ea mai vine cu ceva și în curând vor avea un mariaj fericit."

Cum de au ajuns atâtea femei în această situație neplăcută de a nu înțelege cât de „simpli" sunt bărbații în ceea ce privește cerințele lor și ce influență benefică au soțiile asupra lor? De ce noțiuni precum domolirea „orgoliului masculin" și folosirea „tertipurilor feminine" au căpătat o reputație proastă? De ce atâtea femei sunt supărate în general pe bărbați, dar încă mai speră să aibă o căsnicie bună cu unul dintre ei?

Există o serie de cauze ale acestei situații și cred că toate se reduc la prăbușirea teoretică a valorilor legate de moralitatea religioasă, de modestie, fidelitate, castitate, respect pentru viață, devotament față de familie și de creșterea copiilor.

Având un fundament religios, femeile și bărbații apreciază faptul că au devenit mai completi atunci când s-au legat de sexul opus prin taina căsătoriei. Dacă nu există așa ceva, femeile pot privi căsătoria fie ca pe o opțiune echivalentă cu un aranjament temporar, de tipul concubinajului, fie ca pe o amenințare cu opresiunea, fie ca pe un impediment în îndeplinirea unor obiective materiale importante.

Când modestia, castitatea și fidelitatea erau la modă, femeile care se considerau mai mult decât niște obiecte sexuale sau mărfuri erau respectate de societate în general și de bărbați în particular. Acum, femeile trebuie să se lupte cu bărbații obișnuiți să primească favoruri sexuale ca parte a unei întâlniri obișnuite. Prin urmare, femeile le ignoră natura lor adevărată, cu care ar putea stabili o legătură, și se trezesc din ce în ce mai afectate și mai nemulțumite, pe măsură ce caută un sens în mentalitatea care le spune că sensul nu are niciun sens.

Când aveam de-a face cu venerarea și cu respectul față de viață, o „sarcină accidentală" era privită cu responsabilitate, pentru că femeile se așteptau la asta, iar bărbații erau și ei conștienți de acest fapt. Acum, bărbații se așteaptă ca o sarcină accidentală să se transforme într-un avort, pentru că societatea i-a antrenat să vadă în asta un inconvenient temporar, sau să meargă mai departe pentru că li s-a spus că bărbații nu trebuie să crească copii.

Legământul referitor la căsătorie și la creșterea copiilor a fost privit odată ca reprezentând punctul culminant al identității adultului, astfel încât femeile căutau cu atenție bărbatul „potrivit", iar părinții erau consultați și li se cerea binecuvântarea. Acum, cu atât de puține căsătorii solide și cu copii care provin dintr-un arbore genealogic complex, format din căsnicii multiple, divorțuri și copii nelegitimi, prea puține femei privesc căsnicia și maternitatea ca pe un lucru normal.

Ideile legate de ascensiunea femeilor fără ajutorul bărbaților (și a copiilor fără tați) și renunțarea la bărbați, care sunt inutili sau chiar periculoși, nu au contribuit la buna funcționare a femeilor în cadrul unor relații monogame și heterosexuale stabile.

Această perspectivă egoistă asupra valorilor feminine, combinată cu desconsiderarea bărbaților, le face pe femei să-i trateze foarte prost pe aceștia. Prea multe femei îi privesc de sus pe bărbați, în loc să fie altruiste. De ce? Toate aceste forțe, adunate laolaltă, le-au dat femeilor un fals sentiment de superioritate.

Combinați acest fals sentiment de superioritate cu faptul de a nu fi fost tratate corect din punct de vedere psihologic de tații lor, și iată care este rețeta tensiunii. Femeile jinduiesc după protecție și grijă, indiferent dacă recunosc asta sau nu. Bărbații care intră în viețile lor sunt absorbiți de nevoia psihologică a femeilor de a-l înlocui pe tată. Dacă există mereu niște elemente materne și paterne în cadrul căsniciei, tendința de oferi sau de a

primi așa ceva'devine o problemă serioasă, din moment ce partenerii sunt fie forțați să primească, fie resimt o anumită lipsă. Absența echilibrului distruge relațiile și erodează psihicul.

Sara îmi scria despre experiența ei în ceea ce privește sentimentul de a fi îndreptățit:

„Aveam impresia, atunci când m-am căsătorit prima dată, că bărbatul trebuia controlat de soție. Toți spuneau că bărbații sunt proști și că trebuie să fie educați. Am devenit tot mai frustrată, pentru că soțul meu nu se lăsa dominat. Doream să se poarte ca un bărbat, dar am eșuat în a-l considera ca atare. Eram atât de preocupată de ceea ce meritam eu, încât am scăpat din vedere faptul că și el merita ceva. Am profitat de iubirea pe care mi-o purta și am interpretat-o ca pe o slăbiciune.

Pe măsură ce m-am maturizat și m-am dezvoltat din punct de vedere spiritual și emoțional, mi-am dat seama că acțiunile mele l-au făcut să reacționeze așa cum a făcut-o. Acum îi arăt soțului meu respectul pe care îl merită nu numai ca soț și partener, dar și ca ființă umană. A devenit «bărbatul» care n-a avut voie să fie niciodată... și e minunat. Știu că asta este una dintre cele mai importante lecții de viață pe care le-am primit."

Louise, o altă ascultătoare, mi-a trimis un e-mail legat de felul în care a înțeles ea dinamica familiei și de faptul că asta i-a întunecat percepția asupra bărbaților și a mariajului. Tatăl ei era violent și malițios. Se temea de el și îl ura. Când a dorit să aibă o familie fericită, iubitoare, bine închegată, numai a ei, i-a fost frică să nu devină „victima" care fusese mama ei. Cu ajutorul terapiei, Louise a ajuns să-și dea seama că mama ei nu fusese deloc o victimă, ci o persoană răspunzătoare pentru alegerile, acțiunile și comportamentul ei. Mama ei îi ura pe bărbați și îi considera niște copii răsfățați care trebuiau îngrijiți, crescându-și fetele în același spirit. „Tata a fost perechea potrivită pentru ea, povestește Louise. Era foarte agresiv cu ea, dar îl controla, permițându-și să fie o martiră, o persoană superioară."

Louise și-a dat seama că, pentru a avea o căsnicie de succes, trebuia să-și asume responsabilitatea pentru alegerea partenerului și pentru modul în care acesta o va trata. Când s-a căsătorit prima dată, i-a fost greu să *nu* pună în practică ceea ce învățase în familie. Dar acum, spune ea, „îi sunt recunoscătoare familiei mele și sunt mândră că ne tratăm unii pe alții cu bunătate, respect și răbdare. Pe scurt, ne bazăm relația unul pe celălalt, fără să suferim de nevroză".

Multe dintre soțiile care citesc această carte se pot simți prizonierele unei mânii inexplicabile. Poate că această povestire, spusă de duhovnicul lui Louise, le va ajuta:

Un bunic îi spunea nepotului:

— Nepoate, zicea el, în inima mea trăiesc doi lupi și se luptă unul cu celălalt. Unul este plin de vicii și crud, celălalt înțelept și bun.

— Bunicule, zise nepotul alarmat, care va învinge?

— Cel pe care îl hrănesc, îi răspunse bunicul.

Tocmai de aceea încerc să le sfătuiesc pe femeile care au probleme în căsnicie să stea departe de acele grupuri în care denigrarea bărbaților reprezintă fie o distracție, fie negarea responsabilității personale. Le mai sfătuiesc să-i evite pe psihoterapeuții mediocri, profeminiști, cărora o relație fericită cu un bărbat nu li se pare necesară, să elimine lamentațiile și bârfele despre neplăcerile căsniciei lor. Motivul acestor sfaturi își găsește explicația

în povestea preotului: cu cât insiști mai mult asupra elementului negativ, cu atât te vei îndepărta mai mult de aprecierea lucrurilor pozitive, ca și față de motivația de a contribui tu însăți, în cel mai sănătos mod, la întărirea căsniciei!

Un mic pas în asumarea responsabilității de către o soție este păstrarea tăcerii atunci când e vorba de lucruri care *chiar nu contează*. Îmi place să repet ceea ce spunea un sergent-major pensionat: „Acesta e dealul pe care vrei să-ți dai viața?" Sincer vorbind, când îmi pun această întrebare, lista priorităților mele se schimbă și tensiunea dispare.

Soțiile trebuie să-și reamintească faptul că atunci când soții lor fac un anumit lucru altfel decât ar vrea ele, asta nu înseamnă că și-au pierdut mințile sau că e vorba de o dovadă de dispreț. Este mai degrabă un *alt* fel de a face ceva. În loc să-l corectezi imediat, mai întâi vezi dacă nu ai putea învăța ceva de la el (de ce nu?, e posibil), constată îndeplinirea sarcinii (acesta era obiectivul, nu?) și apoi fă-i un compliment (și ție îți plac, nu-i așa?).

Un soț, „L", spunea că soțiile nu ar trebui să-și supravegheze excesiv soții.

„Ai încredere în soțul tău. Recunoaște că are modul lui propriu de a proceda. Nu trebuie să adopte soluția ta pentru a face bine un lucru. Dacă până la urmă toaleta este curată, nu are importanță dacă nu poartă «amprenta ta specifică». Dacă a avut grijă de copii pentru ca tu să te duci la un botez, nu-i lăsa o listă uriașă cu instrucțiuni. Din moment ce amândoi împărtășiți aceleași reguli și valori, ar trebui să ai încredere în el. Lasă-l să-și creeze propria relație și propriul «stil de educare» a copiilor, fără să intervii în niciun fel."

Când femeile își supraveghează excesiv soții, aceștia renunță să mai încerce să le mulțumească, și apoi tot ele se plâng. Soțiile trebuie să se uite în oglindă pentru a găsi sursa problemei.

De fapt, supravegherea excesivă este legată de control. Asta îi face pe bărbați să creadă că soțiile lor nu ar fi vrut să se mărite, de fapt, cu ei. Bill, un ascultător, ne-a împărtășit exemplul primei lui soții (evident, nu și al ultimei), care i-a cumpărat o pereche de blugi. El îi scrisese pe o hârtiuță mărimea, marca și culoarea pe care le dorea. I-a spus până și magazinul unde se găseau la cel mai bun preț. Ea a venit acasă cu o pereche de pantaloni sport de culoare kaki, de altă mărime, și în mod clar altceva decât voia el. I-a mulțumit pentru efortul depus, explicându-i greșeala pe care o făcuse și rugând-o să schimbe pantalonii cu cei pe care îi voia el. Soția a fost de acord, și i-a schimbat cu o altă pereche de pantaloni sport, nicidecum cu blugii pe care și-i dorea el.

„De data asta, mi-a explicat că nu-i plăcea cum arăt în blugi și că trebuia să port o pereche de pantaloni sport. S-a dovedit că, de fapt, ea voia un tip care să se potrivească cu pantalonii sport. Și-a petrecut douăzeci și cinci de ani încercând să mă transforme în altcineva. Știi cine este soțul tău, deci acceptă-l așa cum este. Știa foarte clar ce fel de tip eram înainte de a ne căsători. A presupus însă că prin mofturi, minciuni, lacrimi, manipulare și țipete mă poate transforma în altcineva."

Și el a devenit într-adevăr altcineva: fostul ei soț.

Această lipsă de acceptare a soțului poate fi și mai dramatică. Mă îngrozește răutatea pe care o manifestă unele soții în numele „sentimentelor" lor. Este o altă manifestare legată de îndreptățire. Iar cele două „sen-

timente" care pot îngenunchea un soț sunt legate de a te simți „jignit" sau „stingher". Am avut nenumărate dispute cu soțiile care utilizau asemenea metode, dând dovadă de cruzime și de răutate în încercarea lor de a controla și de a dicta.

Astfel de situații se întâlnesc, mai ales, în familiile ale căror membri provin din mai multe căsătorii. Sunt uimită de numărul mare al femeilor care se căsătoresc cu bărbați care au copii din alte căsătorii și se așteaptă ca totul să dispară brusc atunci când intră ele în scenă, de parcă viața anterioară a soților s-ar fi evaporat în Zona Crepusculară.

Iar bărbații suferă îngrozitor. Brian este unul dintre acești soți.

BRIAN: Sunt căsătorit de trei ani și am doi copii, unul de doi și altul de trei ani. Am o fostă soție care trăiește în alt stat, cu care am un fiu de opt ani. Fosta mea soție a divorțat din nou. Nu mă duc să-mi văd fiul prea des din cauza distanței și a altor factori.

DR. LAURA: O, Doamne, săracul de el a suferit o grămadă de pierderi!

BRIAN: Da. Am sperat că mariajul ei va merge, ca să aibă și el un model masculin în familie.

DR. LAURA: Cu ce te pot ajuta?

BRIAN: Problema mea este următoarea: ar trebui să stea la mine toată vara. Niciodată nu am fost împreună atât de mult timp, dar acum mama lui este stresată și ar dori să-l lase la mine. Însă soția mea nu e prea încântată.

DR. LAURA: Încântată, zici... Și ce dacă? Toată lumea se simte stingherită atunci când e vorba de ceva nou și diferit. Discutați despre această chestiune și găsiți calea de a o rezolva.

BRIAN: Iată întrebarea mea. Ar fi nepotrivit din punct de vedere moral să-i spun fostei mele soții că nu e posibil să-l țin la mine toată vara?

DR. LAURA: Domnule, nu mă poți face să spun asta. E copilul tău și, teoretic, l-ai abandonat. Totuși este fiul tău, trebuie să-l crești.

BRIAN: Sunt total de acord cu asta. Dar soția mea spune că nu vrea ca el să rămână la noi toată vara. Nu crede că poate suporta așa ceva.

În acest punct, m-am simțit rușinată de sexul meu. Desigur, îmi dau seama de stresul pe care îl presupune creșterea a doi copii mai mici de trei ani. Ceea ce nu-mi place să aud, dar aud foarte des, este că femeile nu-și doresc prin preajmă copii vitregi, pentru că pe primul loc se află ai lor! Ce dezgustător! Este și mai dezgustător dacă soțiile nemulțumite fac în așa fel ca timpul, afecțiunea și resursele financiare ale soțului să fie orientate numai spre copiii lor. Aceste legături există și contează, îi revin ca responsabilitate, ca imperativ moral față de toți copiii pe care îi are.

I-am spus și lui Brian, așa cum le spun numeroșilor soți care pun întrebări asemănătoare, că trebuie *să o informeze* pe soția lui că băiatul va veni la ei pe timpul verii. Punct. Orice dificultăți legate de program, transport și activități se vor rezolva ulterior.

BRIAN: Și dacă spune nu?

DR. LAURA: Nu există „nu". Spune-i așa: „Dragă, te-ai căsătorit cu un bărbat care avea deja un copil. Aici nu există «nu», există numai «cum».

BRIAN: Deci, indiferent cum?

DR. LAURA: Tu ești tatăl. Punct.

Obligațiile și responsabilitățile sunt zone în care avem de-a face cu un anumit disconfort. Doar în astfel de situații putem avea parte de o dovadă extraordinară de caracter și de iubire.

Ne-ar plăcea să controlăm orice și pe oricine din jurul nostru. Ne imaginăm că vom fi mai protejați, mai apărați, evoluând pe un teren familiar. Cinstit vorbind, textura vieții nu provine din ceea ce ne e familiar (care este confortabil), ci din provocările pe care ni le propune necunoscutul.

Tonya, o ascultătoare care s-a autodefinit ca „maniacă a controlului", a primit această lecție și mi-a împărtășit-o:

„N-am nicio îndoială în ceea ce-l privește pe soțul meu. Știu asta, pentru că am devenit o ascultătoare fidelă a emisiunii tale și am învățat de la alte femei care semănau cu mine. Sunt o maniacă a controlului și mereu încerc să-mi domin soțul. Mai ales în ceea ce privește situația noastră financiară. Uneori, îmi dau seama că, încercând să-i controlez cheltuielile etc., nu fac decât să-l pedepsesc. De asemenea, mă simt superioară lui în acest domeniu, ca o regină a carnetului de cecuri. Doar pentru că eu nu cred că are într-adevăr nevoie de un polizor, asta nu înseamnă că nu ar trebui să-l aibă. Probabil că nici el nu crede că am într-adevăr nevoie de toate acele lumânări și ustensile de bucătărie marca «Pampered Chef»... dar trebuie să fie pedepsit pentru greșelile lui din trecut! O să-ți citesc cartea și sunt sigură că mă va ajuta să găsesc căile de a-i arăta că este apreciat. Și, așa cum te-am auzit spunând de multe ori, dacă se simte iubit și apreciat, poate că aceste sentimente vor deveni reciproce."

Poți să fii sigură de asta.

Totuși, problema soției este de a vedea, de a lua la cunoștință, de a accepta, de a înțelege că, de fapt, ea îl controlează. Dacă unele femei se retrag destul de repede la auzul unor cuvinte sau acțiuni semnificative ale soțului care își dă seama că e controlat, altele par să fie oarbe în fața realității propriilor acțiuni.

Crystal, o ascultătoare, este una dintre aceste femei. Mi-a citit prima carte, *Ten Stupid Things Couples Do to Mess Up Their Relationships*, și s-a oprit asupra capitolului despre care credea că se intitulează „Un control prostesc".

DR. LAURA: De fapt, este vorba de „Putere prostească".

CRYSTAL: Asta e. Așa e soțul meu și știu că nu-l pot schimba. Mă întreb ce aș putea face ca să-i dau de înțeles că asta nu îi va fi de niciun folos.

DR. LAURA: Dă-mi un exemplu de comportament pe care ai vrea să i-l schimbi.

CRYSTAL: Bine. Ne-am certat. Mi-am cerut iertare, de fapt, i-am lăsat un mesaj la serviciu. Când a venit acasă și am vorbit, l-am întrebat cum și-a petrecut ziua. Mi-a răspuns că a fost foarte ocupat. L-am întrebat dacă a primit mesajul meu. A zis că da, dar fusese foarte ocupat, trecea printr-o perioadă grea la serviciu. Am lăsat-o baltă. Apoi i-am spus că mă duruse foarte tare faptul că nici măcar nu a menționat faptul că îmi primise scuzele.

DR. LAURA: Bine. Asta înseamnă că el te controlează? Nu văd niciun fel de control, cu excepția celui exercitat de tine. Soțul tău trebuia — ascultă cu atenție, Crystal — să se comporte într-un anumit fel, altfel scoți la bătaie artileria grea. Și știi ce înseamnă asta, nu? „Mi-ai rănit sentimentele!" Ți-a spus de câteva ori că a avut o zi plină și grea. Nimic din toate astea

nu contează pentru tine, nu? Ceea ce voiai tu era un anumit răspuns. Crystal, draga mea, în scenariul tău, tu ești cea care controlează.

CRYSTAL: Serios?

Serios.

Nu vreau însă să susțin că toate situațiile în care soțiile își controlează soții reprezintă un lucru rău. Dimpotrivă. Depinde numai de ceea ce e în sufletul tău, de intenția ta, de acțiunile și vorbele tale. Scrisoarea Pamelei era îndreptățită. Ea mi-a povestit o conversație pe care a avut-o cu soțul ei după cincisprezece ani de căsnicie. El susținea că motivul principal al destrămării primelor lui două căsătorii a fost controlul. Pamela a zâmbit drăgălaș și i-a spus că și ea îl controla de cincisprezece ani. A zâmbit și el și a recunoscut că știa acest lucru, dar că îi plăcea cum o făcea.

„1. Știa că îl iubesc necondiționat: suferă de insuficiență cardiacă congestivă de șase ani; 2. Îmi place de el: e cel mai bun prieten al meu; 3. Îl respect; 4. Am grijă ca nevoile lui fizice și emoționale să fie satisfăcute: este un individ foarte pasional; 5. Îl fac să zâmbească. În schimbul acestor lucruri, el îmi oferă iubire, respect, bunătate, bijuterii, orice îmi doresc. Recent, i-am spus că vreau să renunț la serviciu pentru a pune bazele propriei mele afaceri de consultanță. Nici n-a clipit, pentru că știa că asta m-ar face fericită."

Controlul și dăruirea se află la poluri opuse, iar cel de-al doilea este un instrument mai puternic, prin care o soție poate obține ceea ce își dorește. Mai mult, ceea ce primește în schimb o soție care oferă reprezintă dovada entuziasmului și a iubirii și nu are legătură cu teama sau cu resentimentele.

Mary Ann, o ascultătoare, știa că este o soție cu toane, năzuroasă, autoritară. Reacția soțului ei a fost tipică: s-a îndepărtat de ea și nu o mai iubea. Atunci când căsnicia ei părea să se fi destrămat, s-a dus la un terapeut (bun) care a ajutat-o să înțeleagă că singura pe care trebuia s-o țină sub control era ea însăși și că era absolută nevoie să se concentreze asupra acestui aspect pentru ca relația ei să mai funcționeze.

„Așa am făcut, și am început să-i arăt soțului meu respect, fără să-l mai controlez. I-am pregătit mâncarea preferată mai des, i-am masat spatele, l-am lăsat să se ocupe de treburi «de-ale băieților» fără mine și fără să mă plâng, n-am mai făcut nazuri și l-am lăudat atunci când și-a îndeplinit sarcinile.

A început să se poarte cu mine așa cum am vrut eu mereu să fiu tratată: ca o soție. Dacă veți continua să faceți nazuri, să controlați și să strâmbați din nas, atunci soțul vostru nu va mai dori să fie alături de voi sau să vă trateze așa cum ați vrea să fiți tratate. Dacă îl iubiți, îl respectați și îl tratați așa cum vreți și voi să fiți tratate, el va începe să vă răspundă cu aceeași monedă."

Parcă le aud spunând pe unele soții nemulțumite că această carte le vizează pe ele. „În fond, zic ele, oare bărbații nu au și ei responsabilități? De ce suntem noi obligate să ne schimbăm pentru ei? Unde e cartea despre „îngrijirea și satisfacerea nevoilor soților"? Hmmm?

Nu, probabil că nu voi scrie despre îngrijirea și satisfacerea nevoilor soților. De ce? Pentru că adevărul este că, atunci când e vorba de cămin și relații, femeile sunt

la putere. Asta este o carte despre cum anume trebuie să conduci cu înțelepciune și cu iubire. Dacă o femeie nu este căsătorită cu un sociopat sau cu un narcisist, atunci primește „pachetul masculin" normal. Iar bărbatul tău este o ființă decentă, care are dorințe simple: să fie eroul soției sale, să fie iubitul de vis al soției sale, să fie protectorul și întreținătorul familiei, să fie respectat, admirat și apreciat. Bărbații trăiesc pentru a-și face femeile fericite.

Cel mai crud lucru pe care o femeie îl poate face unui bărbat este să nu fie niciodată fericită. Și, nu uitați, a fi fericit este mai mult o stare decât o realitate. Când lucrurile merg prost, când există probleme și provocări, dezamăgiri și nenorociri, e clar că fericirea are de suferit. Totuși, atunci când cineva caută o mică spărtură în nori, prin care să se ivească soarele, chiar că ziua devine frumoasă.

Și ziua devine frumoasă pentru toți cei cu care intri în contact. Așa cum scria Christine, o altă ascultătoare:

„Fac efortul de a strânge jucăriile, de a mă pieptăna, de a-mi schimba tricoul murdar pe care îl port de la șase dimineața. Puțin deodorant, luciu de buze, puțină apă de gură și sunt gata să-l întâmpin cu un sărut. În unele zile, efortul este mai mare, dar în fiecare seară soțul meu nu vrea să se afle în altă parte decât în căminul lui iubitor."

A fi fericit e mai mult o stare decât o realitate

4

BĂRBAȚII AU SENTIMENTE? SERIOS? CRED CĂ GLUMEȘTI!

„De-a lungul timpului, aproape toată atenția s-a îndreptat asupra bărbaților, aceștia fiind considerați sensibili și înțelegători față de femei. A fost un lucru foarte bun. Ca bărbat, asta m-a învățat multe lucruri. Sunt un mai bun ascultător. Dezavantajul este că soțiile cred că sunt obligate să ia în considerare sentimentele bărbaților lor. Mi-ar plăcea ca soția mea să facă așa cum am fost eu învățat: un tratament egal și recunoașterea sentimentelor mele."

— CHRIS

„De acest lucru sunt mândră în calitate de soție: niciodată nu i-am spus nimic urât, nici atunci când am fost extrem de furioasă. Oricare ar fi subiectul certurilor noastre, e ceva trecător, dar cuvintele care rănesc rămân pentru TOTDEAUNA!"

— KAREN

Dacă toate femeile ar fi precum Karen, n-ar mai fi fost nevoie să scriu această carte. Totuși, experiența mea în calitate de terapeut și de realizator de emisiuni de radio, ca și faxurile și scrisorile primite de la ascultători, conturează un tablou foarte clar, alarmant, în opinia mea, al abuzului pe care unul dintre sexe îl practică asupra celuilalt. Acest abuz se referă la un dispreț cras, uimitor, al soțiilor față de sentimentele soțului. Și asta le produce acestora o durere profundă.

John, unul dintre ascultătorii mei, a răspuns la solicitarea mea de a primi opiniile bărbaților legate de tema îngrijirii și a satisfacerii nevoilor soților, subliniind durerea pe care o resimt și care îi împinge la gesturi stupide, cum ar fi acela de a recurge la legături extraconjugale.

„Experiența mea îmi spune că din momentul în care bărbații încep să fie chinuiți de gânduri neliniștitoare legate de sex de șapte ori pe zi, de cuvintele potrivite și de momentul potrivit... mai e nevoie să continui? După ce am cunoscut câțiva bărbați care avuseseră astfel de aventuri, m-am gândit că există câteva chestiuni pe care e bine să le știi.

Deși am întâlnit bărbați fericiți care au avut aventuri de o noapte (pe care le-au regretat mai târziu), n-am cunoscut niciun bărbat fericit care și-a dorit sau a fost atras într-o aventură. Aventurile încep și sunt alimentate de ceea ce lipsește în căsnicie, și în general nu e vorba de sex! E vorba de obicei de un bărbat singur, *care plânge pe o bancă în parc sau în fața unui pahar de băutură. Un bărbat care plânge nu rămâne mult timp singur."*

John a continuat, remarcând că bărbații pe care i-a cunoscut în ultimii douăzeci de ani și care au avut aventuri și-au tot semnalat nefericirea cu multă vreme înainte de a renunța. Lamentările lor nu au fost însă auzite. Apoi au venit aventurile. Apoi soția s-a dat de ceasul morții, explicând cum a fost *ea* înșelată și cum i-au fost rănite sentimentele.

Chiar dacă acest scenariu nu stă la baza tuturor aventurilor, el este, în orice caz, foarte frecvent întâlnit. De câte ori am vorbit cu un bărbat după ce avusese o aventură și l-am întrebat „De ce?", de obicei, primul lucru pe care îl spunea era „Nu știu", după care urma „E vorba de felul în care ea (iubita) m-a făcut *să mă simt*".

Sincer vorbind, bărbații nu sunt chiar așa de comunicativi în ceea ce privește sentimentele, cel puțin nu așa cum o facem noi, soțiile. Ca toate femeile, suntem obișnuite cu lacrimile, cu dorința de a vorbi la nesfârșit despre „ce s-a întâmplat", cu evaluarea stării noastre emoționale, cu felul în care descriem întâmplările, cu ce ne-au *făcut* ei și, desigur, cu felul în care ne-au fost rănite sentimentele.

Nu, în general, bărbații nu se descurcă cu sentimentele lor. Ei nu vin acasă seara, simțind nevoia arzătoare de a vorbi despre sentimentele care i-au chinuit probabil toată ziua. Mai degrabă vor vorbi despre o provocare căreia i-au făcut față sau cu care vor avea de-a face. Pentru că ei nu plâng tot timpul, nu-și sună de nenumărate ori mamele sau pe cei mai buni prieteni pentru a depăși problemele emoționale, soțiile comit greșeala de a crede că ei nu au sentimente.

Vă rog, nu-mi spuneți că soțiile nu pot observa durerea din ochii lor, stresul din atitudinea lor, durerea din tăcerea lor, teama din hiperactivitatea lor, mânia din încordarea lor. Sau soțiile le expediază durerea, devenind iritate, deoarece bărbații lor sunt egoiști și insensibili?

Danette, o ascultătoare, mi-a vorbit despre acest adevăr. Mi-a povestit despre vremea în care stătea de vorbă cu cea mai bună prietenă a ei. Această discuție a trezit-o la realitate și a făcut-o să-și dea seama că niciodată nu a acordat atenție modului în care se purta cu soțul ei. I-a pus prietenei sale o întrebare, sperând că aceasta nu va fi deranjată și că nu îi va răni sentimentele. Prietena i-a răspuns: „Nimic din ce spui tu nu mă poate supăra. De obicei, soțul meu mă deranjează și mă jignește." Danette și-a dat seama că prietena ei glumea, însă doar pe jumătate.

Apoi s-a gândit la soțul ei și la faptul că acesta avea tendința de a o călca adesea pe nervi. A început să se întrebe care era cauza acestui sentiment. Mai târziu, în acea săptămână, a avut loc una dintre certurile normale cu soțul ei, completată de săgețile defensive tipice.

„Apoi, de parcă aș fi primit o palmă, am avut o revelație: eu profitam mereu de el, fără a ține cont de sentimentele lui. Mă gândeam însă la sentimentele prietenei mele, pentru că nu voiam s-o supăr, s-o enervez sau să-i pierd prietenia. Cât de prostește m-am purtat? Nu am manifestat aceeași considerație și față de soțul meu! Era ca și cum nu mi-ar fi păsat de ceea ce gândea sau simțea el."

Admir oamenii care doresc să se privească în oglindă, să se considere răspunzători, să regrete lucrurile pe care nu le-au făcut bine și să vrea să le repare, fără să le mai repete. Tocmai asta sper să facă toate soțiile după ce vor citi această carte. Iar dacă soțiile nu pot renunța ușor la egoism („E vorba numai de sentimentele mele"), poate că vor lua în considerare perspectiva prezentată aici. Principala sursă a atitudinilor negative, a răspunsurilor ostile și a comportamentelor dezamăgitoare din partea bărbaților o constituie atitudinea soțiilor față de ei și de sentimentele *lor*. Pur și simplu.

Am început să-i avertizez pe bărbații logodiți, care îmi cer sfaturi în legătură cu familia logodnicei sau cu nunta, spunându-le că modul în care sunt tratați acum, indiferent dacă sentimentele sau opiniile lor sunt luate sau nu în considerare, se va amplifica după ce se vor căsători. De regulă, nu mă cred. Li se pare că lipsa de sensibilitate și egoismul logodnicei se datorează numai stresului provocat de planurile de nuntă, dar că după aceea totul va fi mai bine. Nici vorbă.

J.A., o femeie necăsătorită în vârstă de patruzeci și trei de ani, mi-a scris în legătură cu comportamentul îngrozitor al prietenelor ei față de logodnicii lor în timp ce făceau planuri de nuntă. Ea descrie lipsa de sensibilitate față de sentimentele bărbaților:

„Se pare că imediat ce verighetele (și, desigur, mărimea are mare importanță în acest domeniu) ajung pe degetele lor, femeile nu le mai răspund bărbaților lor într-o manieră pozitivă, afectuoasă, plină de respect. Când se fac planurile de nuntă, opiniile bărbaților sunt, în cea mai mare parte, total ignorate. Apoi femeile încep să se «plângă» de logodnicii lor. Femeile cred că bărbații există doar pentru a le satisface lor orice dorință."

Un telefon de la Jeff, un tânăr în vârstă de douăzeci și șapte de ani, care se pregătea să se căsătorească peste două săptămâni, oferă un exemplu perfect referitor la ignorarea de către femei a sentimentelor bărbaților. La căsătorie nu participă doar cea care poartă vălul.

JEFF: De fapt, avem o casă plină. Două persoane pe care le-am invitat eu au confirmat târziu participarea la nuntă și, prin urmare, viitoarea mea soacră ar vrea să le spunem să nu mai vină pentru că nu mai avem suficient spațiu.

DR. LAURA: Este vorba de spațiu sau de bani? Oricând se mai pot pune două scaune și două farfurii la o masă.

JEFF: Am rezolvat problema financiară.

DR. LAURA: Atunci, spune-i soacrei tale că nu ai de gând să renunți la niște oameni importanți pentru tine.

JEFF: Ei bine, am făcut-o, și acum logodnica mea este supărată pentru că totul a devenit o chestiune de control, dacă să-i spun sau nu mamei mele că persoanele respective nu mai pot veni.

DR. LAURA: Este o chestiune de control între tine și prietena ta, nu între ea și mama ei. Poate că trebuie să te gândești în ce te bagi. Dacă mama prietenei tale este atât de dominatoare și de insensibilă, iar logodnica ta îi ține partea, atunci tu, cinstit vorbind, ai dat de

dracu'. Și nu te văd deloc bine în următorii cinci ani. Dacă prietena ta nu îți respectă de pe-acum sentimentele și nu îi respectă pe oamenii care înseamnă ceva pentru tine, îmi închipui că după nuntă situația se va agrava și mai mult.

JEFF: Înțeleg.

Sper să fi înțeles, pentru că bărbați precum Chad probabil că nu au înțeles și acum plătesc pentru asta.

Chad și Sherrie m-au sunat în timpul emisiunii. Erau căsătoriți de trei ani și el îi adoptase pe cei doi copii ai ei, de nouă și de zece ani. Problema curentă era legată de vizitele constante, îndelungate, pe care ea le făcea părinților ei.

CHAD: Soția mea tocmai s-a întors în Springfield, Missouri, unde locuim împreună cu fetele, după ce a petrecut cinci zile cu familia ei. Acum intenționează să se întoarcă în Iowa, pentru serbarea statală anuală. Vrea să plece zece zile și ne-am certat puțin în legătură cu acest lucru. Cred că a pleca zece zile după ce tocmai ai lipsit alte cinci este cam mult. Dorința mea ar fi să stea aici și poate să plece acolo într-un weekend sau chiar patru zile, nu să lipsească zece zile.

DR. LAURA: Sherrie, vrei să-mi spui și părerea ta?

SHERRIE: Da. Ei bine, familia mea locuiește în Iowa. Sunt o persoană legată de familie. Am trăit alături de oamenii aceștia toată viața mea și mi-a fost greu să stau departe de ei, într-un stat unde nu cunosc pe nimeni. Prin urmare, încerc să-i vizitez cât mai des.

În acest moment al conversației, l-am rugat pe Chad să închidă telefonul și să nu asculte la radio, ca să nu știe ce vorbeam eu cu Sherrie. Știam că o să i-o „servesc" și mă gândeam că va fi mai receptivă fiind sigură că soțul ei nu ne asculta conversația.

DR. LAURA: Ce e în mintea ta, femeie? Ai un bărbat care s-a căsătorit cu tine și ți-a adoptat copiii și tu ai tupeul să-i spui că ții mai mult la mami și la tati? Este o mare prostie. Soțul tău e familia ta. Ți-a adoptat copiii și a făcut din ei familia lui. Faptul că dai fuga acasă la mama îi transmite că se află pe locul doi, și asta după tot ceea ce a făcut pentru tine. Ai înnebunit, cum poți să-l rănești în felul ăsta!

SHERRIE: Adică fetele n-ar trebuie să-și mai vadă bunicii?

DR. LAURA: Oricând poți să le lași să se ducă la bunica și să stea acolo cu săptămânile, iar tu rămâi alături de soțul tău. Nu-l face să simtă că te poți dispensa oricând de el. Nu cred că ai înțeles ce a făcut el pentru tine.

SHERRIE: Ba da, înțeleg, sunt foarte recunoscătoare.

DR. LAURA: Ei bine, nu te comporți ca și cum ai fi.

SHERRIE: Asta înseamnă că n-ar trebui să plec pentru zece zile?

Nu-mi venea să cred că, după tot ce i-am spus, o ținea tot pe-a ei.

DR. LAURA: Numai dacă nu intenționezi să divorțezi în curând. Nu te înțeleg. Ești așa de norocoasă! Câte femei de peste treizeci de ani, cu doi copii, dau peste un tip decent care să aibă grijă de ele? Nu trebuie să tratezi lucrul ăsta cu indiferență.

N-a înțeles deloc că trebuia să-l respecte și să fie sensibilă la sentimentele lui. Soțul ei probabil că a dat peste capitolul „Cavalerism prostesc" din cartea mea *Ten Stupid Things Men Do to Mess Up Their Lives*. Acolo

descriu modul în care bărbații, din dorința de a se simți importanți ca niște eroi, ajung adesea în situații ce pot fi descrise cel mai bine așa: „salvarea unei domnițe aflată la ananghie". Ei cred că dacă o salvează, ea le va împlini nevoile și visurile, dar, de cele mai multe ori, totul se duce de râpă. În acest caz, sentimentele lui Sherrie reprezintă centrul universului, iar Chad este o gaură neagră emoțională.

Chad și-a dovedit *sentimentele* de iubire, *sentimentele* legate de nevoile sale și *sentimentele* trezite de neglijare și abandon, spunându-i să nu mai plece, să rămână acasă cu el. Ce anume nu era clar aici? Ar fi trebuit să țipe, să urle și să trântească lucrurile? Ar fi trebuit să se îmbete și s-o pocnească? Așa, sentimentele lui ar fi fost mai ușor de recunoscut? Cu siguranță, dar atunci el ar fi fost considerat bădăran, nesimțit, plictisitor, o brută violentă.

Acesta este modul în care sunt tratați mulți bărbați căsătoriți.

Brian, un ascultător, și-a exprimat o astfel de iritare. Ne-a dat următoarele patru exemple pentru a descrie lipsa repetată de respect a soției sale față de sentimentele lui și abilitatea ei de a întoarce totul împotriva lui:

1. Când soția lui vrea să se întâlnească cu prietenele ei, îi spune să aibă încredere în ea și să-i acorde această libertate. Când el simte nevoia să petreacă puțin timp cu prietenii, soția îi spune că nu o iubește și că nu vrea să-și petreacă timpul cu ea, chiar și atunci când este invitată! E vorba numai despre sentimentele ei, niciodată de ale lui.
2. Când ea cheltuiește bani, e în ordine, pentru că „are nevoie" de un anumit lucru și trebuie să poată cheltui bani dacă vrea să cumpere ceva. Când soțul vrea să cheltuiască, ea îl numește iresponsabil. E vorba numai despre sentimentele ei, niciodată de ale lui.
3. Amândoi vizitează familia ei de două ori pe săptămână. Când vrea și el să-și vadă familia, ea se plânge că nu ține cont de sentimentele ei legate de familie. Este vorba numai despre sentimentele ei, niciodată de ale lui.
4. „De fapt, scrie el, contează numai prioritățile ei. Ea își planifică tot weekendul, în timp ce eu aș vrea să petrecem puțin timp împreună. Atunci îmi spune că nu o susțin." Este vorba numai despre sentimentele ei, niciodată de ale lui.

Deci, să ne ocupăm puțin și de sentimentele soțului. Jim, un ascultător, îmi scrie:

„În pofida înfățișării lor dure, mulți bărbați sunt înclinați să aibă un psihic delicat. Cunosc patru bărbați căsătoriți și fericiți. Soțiile lor sunt de acord să-și tempereze eurile și îi fac să simtă *că sunt aprobați. Prin urmare, acești bărbați își venerează soțiile."*

Dar cum se mai pot *simți* bărbații respectați, apreciați sau iubiți dacă sunt ținta constantă a negativității soților lor?

Melissa, o ascultătoare, mi-a scris despre un incident care a avut loc în primul an de căsnicie. Ea și soțul ei luau cina în casa altui cuplu. Amfitrioana a început să se plângă de soțul ei, iar Melissa i-a urmat exemplul. Nu și-a dat seama că, deși soțul ei se afla într-o altă cameră, acesta a auzit totul.

În seara aceea, la culcare, i-a spus că l-a durut foarte tare atunci când a auzit-o criticându-l. Rușinată, și-a cerut scuze și și-a propus ca, din acel moment, să-i facă

complimente soțului atunci când se va afla într-un grup de femei care își bârfesc soții.

„Așa cum stomacurile soților trebuie hrănite cu o mâncare gustoasă, gătită acasă, scria ea, tot așa trebuie alimentat și orgoliul lor. Am aflat că, dacă vorbesc frumos despre soțul meu, vorbele frumoase se vor întoarce la mine."

Cred că femeile au fost învățate să desconsidere „orgoliul masculin", considerându-l fals sau o stare de imaturitate, de slăbiciune. Doamnelor, de ce credeți că orgoliul masculin e diferit de „orgoliul nostru trupesc"? Soții noștri trebuie să spună trupurilor noastre (coapselor, șoldurilor și mai ales fundului) că sunt perfecte și că acești pantaloni nu ne arată grase pentru că a) noi nu vrem să auzim adevărul; b) nu putem face față adevărului și/sau c) dacă ei ne spun adevărul, atunci noi ne simțim rănite, ei sunt răi și insensibili, iar relația noastră este la pământ.

Noi, ca femei, vrem să știm că suntem dorite, *în general,* datorită formelor noastre. Ei, ca bărbați, vor să știe că sunt doriți de *noi* din cauza capacității lor de a întreține familia, de a-și satisface soțiile din punct de vedere sexual și de a avea puterea și curajul să se confrunte cu provocările vieții. Ei *au nevoie* de asta din partea noastră.

O soție poate desființa sentimentul de putere și de importanță al soțului cu o privire sau cu un gest, mai ușor decât ar ceda un prizonier dintr-un lagăr. Dacă scapi din lagăr, asta este o demonstrație de forță masculină. Bărbații nu rezistă însă prea ușor și în primul caz: aprobarea din partea soțiilor este la fel de importantă ca oxigenul; a supraviețui lipsei de apreciere a soțiilor înseamnă emasculare.

Așa cum se descrie ea însăși, Eve este una dintre soțiile care emasculează. Ea și soțul ei au avut copii, dar căsnicia lor semăna mai mult cu situația în care doi indivizi se întâmplă să aibă grijă de copii împreună, fără să trăiască în realitate ca un soț cu soția lui. Avea o grămadă de nemulțumiri legate de faptul că soțul „n-a înțeles-o" și „nu a făcut ceea ce trebuia pentru a se simți fericită și satisfăcută".

Totul s-a schimbat atunci când ea a recunoscut, în sfârșit, că „soțul meu era o persoană cu idealuri și dorințe, cu frustrări și nevoi. Când simțeam că nu mă înțelege, nici eu nu-l înțelegeam pe el sau nu-l vedeam deloc, cu excepția faptului că făcea numai lucruri greșite".

Departe de a fi oprimate în căsniciile lor, multe soții sunt adevărații opresori. Cu greu pot să-mi amintesc mai mult de cinci situații din practica mea, în care soția reacționa deschis, cu compasiune și sensibilitate la sentimentele soțului. Reacția tipică este șocul, mânia, reproșurile, amenințările și lacrimile. Asta înseamnă opresiune, oameni buni.

Din fericire pentru soțul ei, Eve era o raritate:

„Într-o seară, după ce i-am făcut un reproș, el a izbucnit și mi-a spus o mulțime de lucruri. Nu mai auzisem așa ceva. Pentru prima dată, am văzut urmele stresului de la serviciu, ale rolului de tată, de soț, de proprietar de casă etc. și cât de epuizat, surmenat și depășit de situație se simțea. Era un monolog amar și cinic, și altădată m-aș fi simțit foarte rănită și supărată pe el, dar, nu știu din ce cauză, de data asta am fost șocată de profunzimea emoțiilor lui.

M-am gândit nu la mine și la reacția mea în fața cuvintelor lui, ci la cum a ajuns în situația asta și la cât de neajutorat se simțea. Am încercat și eu sentimentul

de empatie și de îngrijorare pentru el și situația în care se afla."

În zilele următoare, Eve a continuat să asculte fără ranchiună și să-i ofere sugestii soțului ei, încercând să-i fie de ajutor. L-a îndemnat să se întoarcă la golf, chiar dacă, teoretic, ea îl îndepărtase de asta pentru că mereu simțea că 1) dacă ar fi iubit-o, ar fi vrut să stea cu ea; 2) el avea anumite sarcini legate de casă și de copii și 3) ea avea nevoie de o pauză. A recunoscut că niciodată nu s-a gândit că poate și el avea nevoie de o pauză.

Acesta a fost momentul în care l-a văzut într-o lumină favorabilă și l-a tratat cu mai mult respect.

„Acum, după șapte ani, amândoi suntem mai atenți unul față de altul și dorim să ne surprindem nevoile și opiniile. E amuzant, dar după ce m-am schimbat, soțul meu nu mai părea așa de rău. Devenise oare mai plăcut ca răspuns la atitudinea mea sau într-adevăr nu fusese niciodată rău?"

Ambele variante sunt valabile.

Merită să reluăm chestiunea sentimentelor bărbatului și a orgoliului masculin pentru a arăta cât de importantă este o soție pentru bunăstarea soțului. Această listă a elementelor de bază dovedește faptul că acest concept a fost desprins din nenumăratele e-mailuri primite de la soți:

- Un bărbat trebuie să se simtă puternic și dorit în calitate de protector al femeilor — un Făt-Frumos care învinge zmeul și o salvează pe Ileana Cosânzeana.
- Orice bărbat dorește ca femeia lui să-l facă să se simtă puternic, un cap al familiei. Nu vorbesc de stilul „omul grotelor", care trage femeia de păr pentru a o aduce mai aproape de el, ci de acela de conducător al familiei.
- Un bărbat dorește respect, bunătate și iubire din partea femeii lui.
- Un bărbat vrea să fie pus pe un piedestal, nu pentru a privi în jos la ceilalți, ci pentru a ști că el este cel mai important pentru femeia lui.
- Un bărbat dorește ca femeia să-i arate că are nevoie de puterea lui pentru a o ajuta în viață.
- Bărbatul ar trebui să fie principalul întreținător al familiei. Fiecare bărbat are nevoie de o bătălie sau de un război pe care să-l câștige pentru a dovedi că este puternic și capabil să învingă orice balaur pe care i-l scoate în cale viața. Munca și grija față de familie sunt bătăliile lui.
- Un bărbat are nevoie de aprobare entuziastă, de apreciere și de respect din partea soției lui pentru a fi un soț și un tată competent.
- Un bărbat simte nevoia ca soția să manifeste interes față de preocupările lui, mai ales atunci când este vorba de o activitate pe care s-ar putea să n-o înțeleagă sau să nu-i placă. Este important să fie doar prezentă.
- Un bărbat simte nevoia ca soția lui să-l întâmpine după serviciu cu dragoste și entuziasm.
- Un bărbat simte nevoia ca soției lui să-i pese de modul în care și-a petrecut el ziua.

- Un bărbat trebuie să știe că soția lui este satisfăcută de el din punct de vedere sexual.
- Un bărbat are nevoie de încurajarea soției pentru a fi un bărbat adevărat.

Anumite reacții ostile pe care le-am primit inițial din partea femeilor atunci când m-am apucat să scriu această carte se refereau la dezgustul lor la auzul noțiunii de „sentimente" ale bărbaților, acestea fiind percepute ca „lipsuri". Și, desigur, dacă e vorba de sentimente rănite sau de lipsuri, atunci nu îl mai interesează soția și ea trebuie să se ocupe de toate. Este puțin dezgustător că atâtea femei au fost deranjate de faptul că „nu au simțit" ce anume voiau ei sau ce ar fi trebuit să facă pentru bărbații lor. Și totuși, așteptările lor legate de solicitudinea soților erau bine definite și nesfârșite.

Probabil că bărbații sunt mult mai dependenți din punct de vedere emoțional de reacțiile soțiilor decât viceversa. Femeile se transformă în mamele, prietenele, vecinele, colegele, rudele, psihiatrii, coafezele, manichiuristele lor și ceea ce oferă mass-media pentru confirmare — pe merit sau nu. Din cauza acestei înclinații spre bârfă și a solicitării sprijinului din cele mai îndepărtate colțuri ale universului lor personal, femeile se bazează mai puțin pe aprobarea soților. Fapt care, desigur, explică parțial de ce nu le pasă de sentimentele soților lor sau înregistrează un eșec în a urmări aceste sentimente ca pe un obiectiv.

Bărbații nu bârfesc; ei sunt mai introvertiți. Una peste alta, ei au tendința de a obține un sentiment de aprobare în urma succeselor de la serviciu și a faptului că își fac fericite soțiile. Asta ne determină pe noi, soțiile, să fim mult mai importante pentru bunăstarea lor decât ne-ar plăcea să fim. Deci, faptul de a vorbi unui bărbat adult, tatăl copiilor tăi și principalul susținător financiar al familiei tale, pe „un ton matern", ca și când ar fi un copil neascultător sau iresponsabil, se află în opoziție directă cu așteptarea lui de a avea o soție sau o familie care îl respectă pentru ceea ce este și pentru ceea ce face.

Așa scria și John, un ascultător:

„Nimic nu descurajează mai mult un bărbat în încercarea lui de a fi un soț bun decât sentimentul că, indiferent ce ar face, soția lui nu va fi mulțumită. Din păcate, știu mulți bărbați care simt așa. Sunt recunoscător pentru faptul că am o soție care crede în mine și mă apreciază. Cu cât îmi spune mai mult că mă iubește și mă respectă, cu atât mai mult vreau să fac ceva pentru a-i arăta prețuirea mea. Toată lumea are de câștigat!"

Lloyd, un alt ascultător, a contribuit și el la analizarea bărbaților și a sentimentelor lor:

„Bărbații, căsătoriți sau nu, nu-și împărtășesc gândurile și sentimentele la fel de repede ca femeile. Noi nu simțim nevoia de a-i deranja pe alții cu sentimentele noastre. Pur și simplu, ne confruntăm cu ele. Dacă trebuie făcut ceva, vom face acel lucru. Dacă trebuie spus ceva, o vom face.

De multe ori, nu dorim să acceptăm consecințele faptului de a rosti cu glas tare ceea ce simțim. Nu dorim să dăm explicații. Deci noi trăim cu gândurile noastre și ne adaptăm. Soțiile trebuie să găsească modalitatea de a-și încuraja soții să-și împărtășească sentimentele, permițându-le să o facă fără alte consecințe. Soții ar trebui să fie încurajați să-și împărtășească sentimentele fără a fi acuzați că sunt insensibili și proști.

Lăsați-ne să vorbim. Susțineți-ne. Permiteți-ne să avem opinii, sentimente și gânduri care nu se potrivesc cu ale voastre."

Marea majoritate a bărbaților care mi-au scris și au comentat exprimarea sentimentelor au subliniat același lucru. Ken scria:

„Deseori, atunci când sunt supărat pe ea și am curajul să-mi exprim sentimentele, mă respinge, zicând că sunt obosit sau găsind alte scuze. E ca și cum un bărbat ar spune despre o femeie supărată: «Cred că trece din nou prin perioada aceea din lună!»"

Alți bărbați mi-au scris că, atunci când au încercat să se plângă de un anumit lucru, soțiile au găsit cumva o cale de a considera că era vina lor! Asta e valabil atât pentru sex, cât și pentru mașina de tuns iarba care s-a stricat.

Stereotipul femeii insensibile la sentimentele bărbatului este, din păcate, des întâlnit.

Nu există emisiune în care să nu mă lupt pe această temă cu vreo soție sau prietenă. Iată istoricul numeroaselor apeluri care indică amploarea uriașă a acestei probleme în cazul bărbaților. Îi citez, cu comentarii, în detaliu, pentru că ei reușesc să clarifice principalele probleme iscate de faptul că femeile tratează bărbații într-un mod inacceptabil, desconsiderându-i.

Primul apel se referă la loialitatea deplasată pe care soția o are față de familia ei. Danielle era căsătorită de zece ani și avea patru copii. Cauza discordiei: Danielle și sora ei au fost mereu „bune prietene". Ea îi descrie pe soțul și pe sora ei ca având opinii și personalități puternice. Sora și nepoata (observație: de soț nici nu e vorba!) s-au dus s-o viziteze, ca de obicei, pe mama Daniellei, care locuiește în apropiere. Nepoata ei îi vizitează și se joacă cu copiii Daniellei. Aceasta probabil că i-a dat surorii ei permisiunea de a veni pe la ei când dorește, ceea ce a devenit oarecum problematic, deoarece nu se împacă bine cu soțul Daniellei.

DR. LAURA: Dacă sunt ca uleiul și apa, evident că nu se împacă, iar tu te afli la mijloc.

DANIELLE: Înțeleg.

DR. LAURA: Și, cinstit vorbind, dacă este vreo alegere de făcut, evident că va trebui să-l alegi pe soțul tău. El este tatăl celor patru copii ai tăi. Nu e cazul să-l treci pe planul secund în relația cu sora ta. Dacă ea nu se poate împăca cu asta și nu se poartă bine cu el de dragul căsniciei tale, atunci nu este o prietenă chiar așa de bună. Poate ar trebui să stai puțin de vorbă cu sora ta și să-i spui că, atunci când mai vine la tine acasă, să nu se mai certe cu soțul tău, de dragul familiei tale.

DANIELLE: Dar, uneori, nici el nu e prea amabil cu ea.

DR. LAURA: Mă întreb dacă nu cumva o merită. Este casa lui și poate că tu nu-i arăți destul respect. Care e problema lor?

Aici, povestea a devenit și mai interesantă. Nepoata venea la ei aproape în fiecare zi. Danielle și soțul ei au anumite reguli de comportament — lucru normal — și s-a dovedit că sora s-a contrazis cu soțul Daniellei pentru că el a încercat (în mod rezonabil și responsabil) să impună disciplina în propria casă.

DR. LAURA: Ce nepotrivit din partea surorii tale să facă din casa ta o creșă pentru copilul ei și apoi, în loc

să-și arate recunoștința, să vină și să-i facă reproșuri soțului tău! Și n-ai dat-o afară?

În acest moment al discuției, Danielle a început să râdă — oarecum nervos, dar fără să fie conștientă de faptul că fusese prinsă cu mâța în sac. Era intimidată de sora ei, îi dorea cu ardoare prietenia și nu-și dădea seama de impactul distructiv al lipsei ei de apărare asupra propriei persoane și a familiei soțului.

DANIELLE: Știam că o să spui asta... Nu e deloc amuzant.
DR. LAURA: Nu, nu este. Ai o căsnicie pe care nu o respecți. Crezi că e amuzant să o ațâți pe sora ta împotriva soțului? Cum vrei să mai rămâi căsătorită dacă ai un asemenea comportament, sau asta nu contează?
DANIELLE: Contează.
DR. LAURA: Atunci, poartă-te cum se cuvine.

Scenariul potrivit căruia soției îi pasă mai mult de sentimentele prietenilor și ale familiei decât de cele ale soțului nu este deloc neobișnuit. Femeile își închipuie că soții lor pot, doresc și ar trebui să suporte un comportament abuziv și să meargă mai departe!

Următorul telefon are de-a face cu hipersensibilitatea multor femei în ceea ce privește faptul de a fi „controlate", chiar și de sentimentele soțului. Telefonul lui Valerie, chiar dacă nu era ceva neobișnuit, a depășit orice măsură. În loc să prefere o prietenă sau o rudă în detrimentul soțului, ea a ales o pisică! Nu alergiile au fost o problemă (lucru tipic în asemenea cazuri), ci faptul că pisica era absolut ostilă față de soțul ei, scuipându-l și atacându-l. Am fost atât de uimită, încât i-am răspuns sarcastic.

VALERIE: Știu că sună prostește, pentru că cine ar pune mai presus de soțul ei o pisică, dar nu vreau să renunț la ea. Și nu știu ce să fac.
DR. LAURA: Ei bine, ai găsit deja soluția: fă-l pe soțul tău să se simtă îngrozitor, ca și când nu ți-ar păsa deloc. Cred că e cea mai înțeleaptă cale. Așa vei reuși să ții legat de tine un bărbat care te iubește cu adevărat — sarcasmul e pe gratis.
VALERIE: Știu că asta simte el, pentru că tocmai am vorbit la telefon.
DR. LAURA: Dar noi, soțiile, știm că ceea ce simte soțul nu are prea mare importanță; contează numai ceea ce ne trebuie nouă, ceea ce ne dorim noi. Ascultă, am citit toate chestiile alea feministe. Bărbații sunt doar niște opresori și evident că el încearcă doar să te controleze. Este un adevărat ticălos în privința asta. Trebuie numai să-i dai o lecție, și pentru asta ia-ți mai multe pisici.
VALERIE: Știu. Și probabil că așa mi-ar spune și prietenele mele.
DR. LAURA: Bărbatul ar trebui să se împace cu ceea ce ne place nouă, indiferent dacă pentru asta trebuie să sufere, nu-i așa? N-are niciun drept la sentimente sau dorințe, de pildă să se simtă bine sau să vrea ca tu să alegi între el și un animal.
VALERIE: Nu... este mai mult decât atât.
DR. LAURA: Cum ar putea să afle asta de la tine?
VALERIE (râzând): Știu ce simte. Sunt de acord cu ceea ce ai spus. Mă întreb de ce îl deranjează atât de tare mâța care scuipă. Doar nu-l mușcă.

Asta era problema: ceea ce îl deranja din punct de vedere emoțional (o pisică și o soție care trebuia să aleagă între pisică și el) fusese deja minimalizat. Am întrebat-o

cum de îndrăznește să-și banalizeze sentimentele și apoi să se aștepte ca lui să-i pese de ale ei.

Am găsit două explicații. Fie era superficială, răsfățată și total cretină, fie era vorba de o problemă mult mai serioasă ce trebuia scoasă la lumină. Am bănuit că era vorba de cea de-a doua explicație, și am ghicit.

DR. LAURA: Spune-mi de ce nu te deranjează faptul că el e rănit sau supărat.

VALERIE: Ei bine, cred că asta se întâmplă pentru că nu vreau să fiu controlată. Da, cred că nu vreau să mi se spună ce să fac, așa că acum trebuie să fac lucrul acesta, indiferent dacă îmi place sau nu.

DR. LAURA: Bine. Crezi că soțul tău ar trebui să se simtă controlat atunci când tu vrei ceva?

VALERIE: Nu.

DR. LAURA: O, Valerie, dar nu este adevărat. Tu recurgi la un șiretlic: nu recunoști că e vorba de control atunci când vrei ceva. Spui că e o solicitare rezonabilă, care trebuie onorată, dacă te iubește. Dar când el vrea exact același lucru, este vorba de control. Și știi că e așa, pentru că ești îngrijorată de faptul că prietenele tale îți spun că ai devenit o femeie oprimată. Provii dintr-un mediu în care bărbații nu sunt iubiți.

VALERIE: Așa este.

Am pus capăt convorbirii, spunându-i că are nevoie de prietene și de opinii mai sănătoase în ceea ce privește o relație și că trebuie să găsească un cămin potrivit pentru pisica recalcitrantă.

Următorul telefon tratează problema soțiilor care vor să controleze pe toată lumea pentru a crea tabloul perfect care le face să se simtă în largul lor. Părinții soțului Ginei au divorțat atunci când băiatul lor avea doi ani. Evident, între soțul Ginei și tatăl lui n-a existat niciodată afecțiune.

GINA: Întrebarea mea se referă la faptul dacă este moral sau nu să nu-l includ pe socrul meu în viețile nepoților lui. Soțul meu este împotriva acestui lucru și e foarte supărat.

DR. LAURA: De ce vrei să-ți strici căsnicia pentru a-l include pe acest „socru" în viața copiilor tăi? De ce ar fi mai important ca acest străin să se afle în preajma lor, în loc să ai un mariaj liniștit?

Uimitor, dar a negat faptul că aceasta fusese intenția ei. Am înțeles că era conștientă de faptul că își enerva soțul, dar n-o interesa acest aspect. „Ei, și ce? E supărat" — asta e atitudinea incredibilă a multor femei care își aranjează viața așa cum vor, în loc să-și ajute soții să facă față adevărului.

GINA: Nu doresc să-mi stric căsnicia.

DR. LAURA: Atunci încetează să mai aduci în discuție această chestiune, indiferent care e raționamentul tău.

Și mai la vale!

GINA: Deci... important este ceea ce simte *el* față de tatăl lui?

Bingo! O revelație! Sau așa am crezut...

GINA: Ar trebui ca și el, la un moment dat, să pună piciorul în prag...

DR. LAURA: O, Doamne! Nu pot să cred! Nu ți se pare că soțul tău este suficient de bărbat pentru că a făcut

alegerea de a se elibera de un tată absent, de un donator de sperma indiferent?

GINA: Cred că acesta este tabloul perfect pe care mi-l doresc. Nu-mi plac conflictele.

DR. LAURA: Ei bine, dacă ești destul de femeie, o să te descurci. Ei, ce părere ai?

GINA: E puțin dureros, dar o să mă descurc.

Următorul apel se referă la ceea ce eu am numit sindromul „lumea se află pe umerii mei". Anna este o mamă casnică și are patru copii cu vârste cuprinse între cincisprezece luni și unsprezece ani.

ANNA: În ultimul timp, am fost supărată pe soțul meu. Dar este un băiat de treabă. Muncește mult, chiar și în schimbul de noapte, pentru ca eu să pot sta acasă. Dar îl simt ca pe o altă persoană care are nevoie de ceva de la mine.

DR. LAURA: Anna, mai ții minte z ua nunții?

ANNA: Da.

DR. LAURA: Pe lângă rochia frumoasă și cadourile primite, îți mai amintești de jurămintele făcute? Cum sunau?

ANNA: Să iubești și să respecți.

DR. LAURA: Aceste jurăminte conțineau și condiții, de pildă că nu trebuie să iubești și să respecți dacă ești obosită sau plictisită?

ANNA: Nu.

DR. LAURA: Vrei să mai fii măritată?

ANNA: Da.

DR. LAURA: Atunci trebuie să-l faci pe soțul tău să simtă că vine acasă la o femeie care consideră că sentimentele și nevoile lui sunt importante. Trebuie să vină acasă la o femeie care îl recompensează pentru tot ceea ce face pentru familia lui.

ANNA: Se pare că în ultima vreme suntem doar politicoși, iar acum, cu ultimul copil, ne este foarte greu.

DR. LAURA: Da, așa e... nici vorbă. Dar e foarte greu și să muncești în două schimburi și să vii acasă la o soție nemulțumită și la patru copii care îți solicită atenția și dragostea. Iar el trebuie să se descurce cu toți cinci, știi asta, nu? Și, ca să spunem adevărul, ai și tu nevoie de odihnă și distracție. Uite ce trebuie să faci: când intră pe ușă, îmbrățișează-l și sărută-l, dă-i și o prăjitură, dacă îi plac dulciurile. Spune-i cât de mult apreciezi faptul că a lucrat toată noaptea, chinuindu-se ca tu să stai acasă cu copiii. Să vezi ce odihnit devine și ce poate face pentru tine... TOT CE VREI! Asta include sex, relaxare, masatul picioarelor, o baie cu spumă, joaca alături de copii — orice. Știi că am dreptate.

ANNA: Da, mulțumesc.

Următorul apel se referă la neînțelegerile legate de creșterea și disciplinarea copiilor. Soțul lui Chris nu e de părere ca fiica lor de cincisprezece ani să meargă la un meci de fotbal într-o anumită seară, pentru că, în general, iese destul. Chris i-a fi dat fetei permisiunea să se ducă, trecând peste decizia soțului ei, deși a fost de acord cu faptul că fata iese cam mult în oraș.

Am remarcat că, de fapt, cei doi soți nu se contraziceau. Le-am sugerat că poate ar fi trebuit să ia împreună deciziile.

CHRIS: Cred că singura problemă constă în aceea că nu cădem de acord destul de des, iar atunci când o facem, el spune că nu-l susțin și că eu și copiii suntem mereu împotriva lui.

DR. LAURA: Poate că, de fapt, are dreptate! Poate îți protejezi „fetița" și-i faci pe plac fără să respecți opiniile și deciziile soțului tău.

CHRIS: Și asta e rău?

DR. LAURA: Da, pentru că prima și cea mai importantă relație din căminul vostru este aceea dintre tine și soțul tău. Asta va ține minte fata ta atunci când va lua decizia de a se căsători și ea. Dacă vede că disprețuiești un bărbat, probabil că așa va face și ea. În plus, fiind atât de răsfățată, va avea o mulțime de probleme în viață atunci când nu va găsi calea dorită. Viața socială a adolescenților trebuie să fie moderată.

CHRIS: Corect. Sunt de acord cu asta.

DR. LAURA: Atunci, dacă ești de acord, nu trebuie să ai mereu păreri opuse față de ale soțului. Cred că trebuie să fii mai cinstită și să recunoști că joci rolul „părintelui bun" față de fata ta și, poate, și față de ceilalți copii.

CHRIS: Acum vorbești ca el.

DR. LAURA: Ei bine, este adevărat. Așa te comporți. Vrei să fii „preferată" de copiii tăi, în loc să te afli alături de soțul tău și să vă creșteți împreună copiii. Trebuie să colaborezi cu el. Altfel, va fi afectat de faptul că puțin îți pasă de opinia lui.

CHRIS: Asta așa e. Sigur că va fi afectat!

Este de o importanță vitală (pentru căsnicie) ca soția și mama să nu-l facă pe soț să creadă că ea, pentru a fi împlinită, nu are nevoie decât de copii. O ascultătoare, pe fir aflându-se și soțul ei, a formulat această pretenție. Nu-mi venea să cred că era atât de crudă cu el, iar motivul pentru care sunase era următorul: să se plângă că el nu făcea destul pentru ea! O femeie, după ce a auzit această conversație, mi-a scris:

„La început, am fost șocată că spunea asta în fața lui și, să fim cinstiți, și în fața ta! Dar, fiind sinceră cu mine însămi, mi-am dat seama că adevăratul șoc pentru mine era acela că și eu îi spusesem lucruri la fel de dureroase soțului meu. Chiar m-a afectat faptul că ai spus că a te comporta în felul acesta este un lucru crud și abuziv. Mi-a venit să plâng.

I-ai mai spus, de asemenea, că problema nu era comportamentul soțului ei. În schimb, ea trebuia să ofere afecțiune, iubire, să-i acorde importanța pe care soțul ei o merita. În felul acesta (deoarece bărbații «nu sunt la fel de complecși ca femeile»), el va reveni automat la ea.

Am fost înspăimântată atunci când ai vorbit de bărbați care își părăsesc soțiile pentru alte femei care îi fac să se simtă bine. Când i-ai spus acestei femei cât de dificil i-ar fi să-și crească copilul fără un tată care să întrețină familia și să o iubească, mi-am dat seama că nu mi-aș dori niciodată să mă aflu în această situație.

Îți mulțumesc pentru că mi-ai deschis ochii și m-ai pus în fața egoismului meu și a unui comportament distructiv. Anul acesta, de Sf. Valentin, mi-am promis să fac ceva pentru relația cu soțul meu: să acord aceeași atenție, lui și căsniciei noastre, pe care i-o acord fiicei mele."

Dacă sentimentele bărbaților nu sunt la fel de bine fixate de propria persoană, așa cum sunt cele ale femeilor, asta nu înseamnă că nu au sentimente deloc. Nu e nevoie să le vedeți pentru a ști că există. Gândiți-vă numai. Gândiți-vă din perspectiva lor, substituiți-vă lor. Imaginați-vă cum își petrece el ziua, provocările, problemele, grijile, dificultățile, frustrările, temerile și epuizarea. Știți că are sentimente legate de toate aceste aspecte.

Gândiți-vă cu ce se confruntă el acasă. Știți că simte totul. Toată lumea face asta.

Este doar o chestiune de gândire. Soțiile trebuie să accepte și să le permită soților lor să aibă aceleași sentimente și griji pe care le au și ele. Recunoașteți acest lucru. Nu-l hărțuiți pe soțul vostru pentru faptul că își exprimă sentimentele; pur și simplu, recunoașteți-le și comportați-vă corespunzător, cu înțelegere, compasiune și susținere.

Am spus asta de nenumărate ori. Am rugat soțiile să-și imagineze ce ar simți oricare altă ființă umană la sfârșitul zilei sau după o încercare grea. El nu trebuie să exprime totul pentru ca soția să fie sensibilă și atentă. Bărbații nu simt nevoia să scoată la iveală detaliile neplăcute ale vieții lor de peste zi. Își doresc doar o susținere plină de iubire și de încredere.

Cea mai tristă poveste pe care am auzit-o mi-a fost spusă de un medic. Într-o zi, i-a făcut o operație pe cord unui copil. După aceea, au apărut complicațiile și a fost obligat să recurgă la o resuscitare prelungită, de două ore... care până la urmă nu s-a soldat cu succes. Mama copilului, copleșită de durere, l-a atacat fizic și a încercat să-l sugrume.

„Chiar și pentru un medic, asta reprezintă o pierdere serioasă și un mare stres emoțional. Când am ajuns acasă, soția mea era supărată pentru că întârziasem și trebuia să ieșim în oraș. I-am povestit totul și am primit următorul răspuns: «Îmi pare rău, dar nu vrei să plecăm odată?»

Faptele nu au fost niciodată discutate și reacția mea la acel dezastru nu a fost niciodată luată în considerare. Am încercat să-i spun că fusese ceva îngrozitor, dar răspunsul ei a fost: «Ei bine, eu te-am așteptat, așa că hai să mergem, și nu mai vreau să aud niciun fel de scuză.»

Nu mai trebuie să spun că puține astfel de întâmplări au găsit ecou în sufletul ei. Iată pe scurt sfatul meu: NU UITAȚI CĂ SOȚUL VOSTRU ESTE ȘI EL O FIINȚĂ UMANĂ, CU ACELEAȘI NEVOI EMOȚIONALE CA ȘI VOI. PURTAȚI-VĂ CU EL CU OMENIE."

Deși această poveste este dramatică, mai ales că e vorba totuși de moartea unui copil, indiferent de serviciu, soțul vine acasă cu povești și reacții. Îi pasă cuiva?

Ca o concluzie, iată ce mi-a scris Bill:

„Fiind căsătorit pentru a doua oară cu o femeie total diferită de prima mea soție, mă simt dureros de conștient de însemnătatea unei îngrijiri și a satisfacerii nevoilor soților.

Știu că soția mea mă iubește după felul în care se poartă cu mine și are grijă de copiii mei. Mă ascultă atunci când îi vorbesc despre serviciu, despre problemele și visurile mele și îmi răspunde atunci când o întreb ceva. Știu că îi pasă de tot ceea ce este legat de mine.

Aș trece și prin foc pentru soția mea. SIMT că mă iubește. Vreau s-o fac fericită pentru că îmi acordă iubirea, grija și atenția ei. I le înapoiez din tot sufletul și este cel mai plăcut sentiment pe care l-am trăit vreodată.

Întrebarea ta se referă la ceea ce vor bărbații de la soțiile lor. Pentru mine, contează să SIMT că îi pasă cu adevărat de mine, că mă iubește și că sunt important pentru ea. Obțin toate astea prin acțiunile soției mele. Cuvintele sunt ca o șoaptă, dar ceea ce face ea pentru mine e ca un tunet."

Bine spus.

„POFTIM? CE-AI ZIS, DRAGĂ? CE VREI SĂ SPUI?"

„Femeile sunt dezamăgite de bărbatul care nu le citește gândurile. Cred că a-ți da seama că bărbatul este doar atât, un bărbat, reprezintă cel mai imposibil lucru pentru o femeie. Bărbații sunt ființe diferite. Ei gândesc altfel, simt altfel și comunică altfel... și asta NU CONSTITUIE O PROBLEMĂ. Și ei sunt frumoși, cu modul lor de a gândi sau de a acționa cu tot."

— MARIE

„Mă așteptam, într-un mod intuitiv, ca soțul meu să fie ca o femeie și simțeam o frustrare permanentă pentru că nu gândea, nu simțea, nu acționa și nu comunica așa cum o făceam eu. Mi-a luat mult timp, discutând cu tata și citind, până să-mi dau seama că era diferit de mine și că trebuia să accept și să mă confrunt cu aceste diferențe."

— CATHERINE

Catherine a continuat, admonestând femeile tinere, care, fiind obligate să creadă că sexele sunt la fel, cu mici diferențe („și alte prostii feministe"), ar face mai bine să le vină mintea la cap și să se confrunte cu realitatea. Viața ei devenise mai bună după ce a înțeles la ce te poți aștepta, în mod rezonabil, de la un bărbat.

Acesta e un lucru foarte important. Cu cât e mai mare diferența dintre ceea ce se *așteaptă* cineva și ceea ce *există în realitate*, cu atât sunt mai mari dezamăgirea, durerea și, de regulă, mânia. Deci, este foarte important să ai așteptări realiste. Femeile tind să aibă așteptări total nerezonabile și nerealiste de la bărbați. Asta se întâmplă atunci când nu acceptă și nu respectă calitățile tipic masculine și particularitățile unui bărbat.

Daniel, un ascultător care lucrează la o companie de produse electronice, mi-a trimis punctul de vedere al unui inginer referitor la diferența dintre bărbați și femei. Contribuția lui constă, de fapt, în fotografia unui panou de comandă dreptunghiular, segmentat pe orizontală în două părți egale. Partea de sus are numai un singur comutator. Partea de jos are vreo *patruzeci* de comutatoare și indicatoare și *două* comutatoare pentru închis și pornit. Cineva a scris în partea de sus BĂRBAȚI și în partea de jos FEMEI, evident în glumă, pentru a arăta cât de complexe sunt femeile, cu toate nevoile lor complicate, sofisticate, și cât de simpli sunt, în schimb, bărbații.

Comunicarea din cadrul unei căsnicii ar merge mai bine dacă femeile ar accepta fără ranchiună că bărbații au stiluri și imperative de comunicare diferite. Îmi dau seama că asta sună ca și cum aș pune povara comunicării în spatele femeilor, dar poate că acest lucru este îndreptățit. Comunicarea verbală este mult mai importantă pentru femei, este esențială pentru ființa lor și constă numai în control.

Diferențele dintre bărbați și femei încep încă din faza de embrion. La început, creierul fetușilor este teoretic la fel. La aproximativ nouă săptămâni de sarcină, testosteronul își face simțită prezența în fetusul masculin (XY), schimbând direcția dezvoltării generale către masculinitate.

În ceea ce privește comunicarea, rezultatul acestor diferențe apare evident în copilărie. Studiile din domeniul dezvoltării copilului au constatat diferențe comportamentale ale copiilor chiar din primul an de viață. Astfel, a fost plasată o barieră între copil și mama lui. Băieții, dorind să se întoarcă la mama, încearcă să ocolească sau

să sară peste barieră, ori s-o răstoarne. Răspunsul masculin e unul fizic și e orientat spre rezolvarea problemei. Fetițele își verbalizează nemulțumirea și mamele lor vin și le iau. Răspunsul feminin este verbal.

Pe măsură ce copiii cresc, părinții observă că fetele sunt incredibil de vorbărețe și, de regulă, înclinate spre dramatizare. Aceiași părinți observă că fiii lor sunt mai zgârciți cu cuvintele, dar mult mai activi. Evident, există variații, atât la băieți, cât și la fete; aceste generalizări au o motivație: ele sunt reprezentative pentru toată populația și dezvăluie câteva puncte fierbinți ale problemelor apărute între soți și soții, care încearcă să comunice într-un mod care-i pune în valoare pe amândoi, precum și căsnicia.

Una dintre cele mai frecvente nemulțumiri exprimate de soții în legătură cu soții lor este aceea că bărbații nu vor să discute despre diverse lucruri. Dacă întreb: „Despre care lucruri?", de regulă, răspunsul e acesta: „Despre lucruri. Pur și simplu despre diverse lucruri. Despre orice. Despre toate." Mai întreb apoi de ce este atât de important ca soții să vrea să discute despre... orice, iar soțiile îmi răspund invariabil: „Pentru că în felul acesta poți fi mai apropiat... iubitor... intim."

Bărbații sunt mult mai înclinați să le perceapă pe soțiile lor ca fiind apropiate, iubitoare și intime atunci când poartă ceva potrivit în pat, le fac un sendviș și le oferă o bere sau le sugerează că meargă să joace golf cu prietenii. Femeile sunt mult mai înclinate să-și perceapă soții ca fiind apropiați, iubitori și intimi atunci când fac ceea ce li s-a spus sau au fost rugați, le oferă daruri romantice sau ascultă calm — și fără comentarii —, pentru a nu știu câta oară, aceeași acumulare emoțională legată de vechile ofuri stârnite de un prieten, o rudă sau un coleg.

Primul lucru pe care îl spun de regulă femeilor care sună să se plângă de probleme de comunicare cu soții lor este că ele, probabil, nici nu comunică, ci îi folosesc pe soți ca pe niște prietene sau psihiatri; soții ar trebui să manifeste interes, să fie de acord cu ele, să nu critice și să nu fie provocatori. Soții își închipuie (prostește) că soțiile lor le spun ceva de care au într-adevăr nevoie, pentru că se presupune că ei trebuie să facă ceva în acest sens. Altfel, bărbații nu-și pot imagina rostul „comunicării". Asta îi pune în încurcătură, apoi îi frustrează și reacția lor este de retragere. Și de aceea sunt numiți, pe nedrept, insensibili.

Prin urmare, cea mai mare greșeală pe care o fac soțiile în ceea ce privește comunicarea cu soții lor este să-și imagineze că aceștia ar trebui să fie cele mai bune *prietene* ale lor. Numeroase femei cărora le vorbesc despre această greșeală devin ostile, de parcă le-aș lua ceva ce li se cuvine. Le informez că aceasta este o așteptare eronată și le reamintesc că nu așa merg lucrurile — dovadă este ranchiuna și separarea din cadrul căsniciilor — și că poate ar trebui să-și trateze soții ca pe niște *bărbați*.

John, un ascultător, nu înțelege ceea ce femeile nu par să înțeleagă referitor la bărbați și la comunicare:

„M-am întâlnit cu o femeie timp de câteva luni și de fiecare dată când mergeam undeva, dacă apărea o pauză în conversație, ea mă întreba: «La ce te gândești?». «Nu mă gândesc la nimic, dragă.» Niciodată nu era suficient, și ea devenea morocănoasă, pregătindu-și răzbunarea împotriva dominației masculine.

I-am spus că bărbații nu sunt chiar așa de isteți pentru a conduce mașina și a se gândi în același timp, și asta a pus paie pe foc.

Ne uităm la păsări, ne uităm la copaci, ne uităm în depărtare, pe șosea, pentru a ne asigura că nu ne taie nimeni calea; dar a conduce mașina și a complota sau a manipula în același timp împiedică șofatul, iar noi nu suntem obișnuiți cu asta.

Dacă un bărbat îți spune că nu se gândește la nimic, probabil că așa și e.

Nu văd de ce e atât de greu de înțeles acest lucru."

Femeile vor avea și mai mult de suferit dacă își închipuie permanent că tăcerea soțului reprezintă un semnal de alarmă. Probabil că nu vă ascunde nimic (doar dacă nu deveniți cumva o adevărată pacoste dacă vi se confesează) și nici nu suferă de vreo durere ascunsă (pentru că, în general, bărbații nu-și rumegă sentimentele de durere sau de dezamăgire) decât dacă îl vedeți că doarme mai puțin și bea mai mult.

Adevărul e că, în general, soțiile își sufocă bărbații în ceea ce privește comunicarea. O mare parte a comunicării ar avea de câștigat dacă subiectele ar fi trecute prin circumspecția personală, triate după însemnătate, alese după criteriul valorii lor (de legătură) reale, reduse la esență, mai bine sincronizate și exprimate mai potrivit.

Marla, o ascultătoare, a recunoscut că are tendința de a-i spune soțului ei „totul".

„Adesea, este vorba despre ceea ce simt în legătură cu oamenii, o situație, vremea etc. Nu-mi înăbuș nicio emoție. Din punctul lui de vedere, totul e numai lamentație, nemulțumire. Eu nu privesc însă lucrurile așa. Din punctul meu de vedere, eu «îmi deschid sufletul». Totuși, am început să observ că vrea să vorbească din ce în ce mai puțin cu mine.

După câțiva ani, a fost destul de curajos să mă înfrunte și să-mi spună ce gândește. I se părea că îl consideram coșul meu de gunoi, de parcă era obligația lui să preia tot ceea ce exteriorizam eu.

Lucrurile au început să meargă mai bine în căsnicia noastră de când îi împărtășesc mai întâi problemele lui Dumnezeu, iar după aceea încerc să mă descurc cu propriile emoții înainte de a i le «arunca» lui. Este mult mai dornic acum să mă asculte atunci când am o problemă... pentru că nu mai este bombardat constant cu astfel de lucruri."

Mi-am adus aminte de piesa de teatru *Amadeus*. Mozart tocmai terminase de dirijat orchestra care cântase una dintre piesele sale originale scrise pentru rege. Apare rivalul lui și, în fața regelui, îi spune că lucrarea e bună, dar că are „cam multe note".

În cazul lui Mozart, nu era așa; pentru multe soții, acest lucru este valabil. Terri, una dintre ascultătoarele mele, îmi confirmă această observație:

„Eu cred că noi, femeile, vorbim prea mult în timpul conversațiilor noastre cu soții. Ni se pare că nu ne ascultă niciodată, dar haideți să recunoaștem, de regulă, dăm atâtea amănunte pentru a le capta atenția!

Aș vrea să știu dacă voi v-ați asculta soții dacă ar vorbi fie și despre cel mai mic detaliu dintr-un meci de fotbal pe care l-au văzut. Cu siguranță că aș fi îngrozitor de plictisită dacă soțul meu ar face-o. Poate să-mi spună că echipa cu care ține el a câștigat, poate să-mi spună chiar cât de bine au jucat, dar alte lucruri m-ar face să-mi pierd interesul.

Dacă am mai reduce din detalii și i-am întreba cum și-au petrecut ziua (fără a-i presa cu răspunsurile), conversațiile ar deveni mai plăcute."

Acesta este, probabil, unul dintre cele mai dificile concepte care ar trebui acceptate de către soții: faptul că trebuie să mai scurteze comunicarea pentru a o îmbunătăți. Nu știu de ce, dar soțiile au ajuns să creadă că, în ceea ce privește conversația, mult înseamnă mai bine. Greșit. O discuție mai scurtă și mai concentrată este mai bună.

Cooper este una dintre soțiile care au înțeles acest lucru. E căsătorită de patru ani, e casnică și are o fată de trei ani și un băiat de un an. Spune că a învățat să-l lase pe soțul său cel puțin o jumătate de oră după ce vine de la serviciu înainte de a tăbărî pe el cu problemele. În timpul acestei perioade de decompresie, nu-l roagă să vorbească, nu-i spune nimic despre modul în care și-a petrecut ea ziua, dacă nu e întrebată și nu-i scoate ochii pentru ceea ce face el în acest scurt interval.

Cu alte cuvinte, îl lasă în legea lui. Fără această decompresie, ar fi cu capsa pusă tot restul serii și n-ar mai dori să comunice. Acum e mult mai vorbăreț în timpul cinei și al activităților de seară. Poate vorbi cu el, îl poate întreba cum i-au mers treburile în ziua respectivă.

Cooper recunoaște că încă se mai dă o luptă în ea, abținându-se să-și descarce instantaneu sacul imediat ce el ajunge acasă (de parcă n-ar fi avut și *el* ziua lui), dar îi e din ce în ce mai ușor să aștepte până când urechile devin mai binevoitoare.

Robert, un ascultător, are o soție care a învățat și ea să-și tempereze izbucnirile legate de comunicare.

„După ce mă liniștesc și revin lângă ea, sunt relaxat și deschis «să aud» ce spune, și toată lumea e fericită. Mai mult, ea a găsit și o modalitate prin care îmi captează atenția. Când se pregătește să-mi spună ceva, îmi reamintește că nu e nevoie să repar sau să rezolv nimic, și asta mă face să înțeleg că trebuie doar să ascult, ceea ce, de fapt, dorește și ea."

Astfel de atitudini grijulii față de soți provin din înțelepciune și experiență, iar altele se datorează maturității. Natalie, o ascultătoare, și-a dat seama că trebuie să învețe să-și controleze emoțiile. A înțeles că, femeie fiind, este mai înclinată spre emoții și spre schimbări emoționale cu care soțul ei nu poate ține pasul. „Uneori, trebuie să mă descurc cu sentimentele mele și să nu «mă ocup de ele» atunci când sunt cu el", spunea ea. Iată în ce constă maturitatea — în a-ți da seama de faptul că, femei fiind, avem responsabilități în ceea ce privește propria bunăstare, iar soții noștri nu au ca singur scop în viață adaptarea la toanele noastre. Soțul nu trebuie să fie sufocat de o revărsare de cuvinte, iar emoțiile trebuie respectate. Natalie continuă:

„După ce am reușit să fac față sentimentelor mele singură, îi puteam spune soțului meu cum mă simt, dar puteam fi și RAȚIONALĂ (imaginează-ți!) în timp ce făceam asta. Cred că, de fapt, am început să mă maturizez din punct de vedere emoțional și am încetat să exagerez diferite situații, idei sau necazuri... reacționând într-un mod simplu."

Oare de ce comunicarea trebuie să fie numai verbală? O îmbrățișare, o privire caldă la masă, un zâmbet, un sărut — și acestea sunt forme de comunicare. Nu sunt

verbale, dar au forță și, ca și în cazul imaginilor, valorează mai mult decât o mie de cuvinte.

Cred că, pentru multe femei, comunicarea verbală este o formă de control exercitat într-o relație: lupta pentru putere. Și dacă, totuși, acest lucru este adevărat și avem de-a face cu o luptă pentru putere, atunci soții sunt, în general, ușor de învins! O soție trebuie să pună accent pe latura lui fizică și a câștigat! Kelly, una dintre ascultătoarele mele, și-a dat seama de acest lucru, spre satisfacția ei și în folosul căsniciei lor:

„Cred că dacă nevoile femeilor sunt în cea mai mare parte emoționale, cele ale bărbaților sunt mai mult fizice. Am luat decizia ca timp de douăzeci de minute zilnic să mă aflu într-o conexiune intimă cu soțul meu. Cele mai multe femei cred că nevoile copiilor ne solicită douăsprezece ore pe zi, în timp ce acelea ale soțului pot fi lăsate pe planul doi. Este o mare greșeală. Punând căsnicia mea pe primul loc, cei doi băieți pe care îi avem vor beneficia până la urmă de acest fundament puternic, fericit, sănătos.

Soțul meu îmi spune mereu cât de fericit este că există un timp doar pentru noi (care îmi satisface de altfel și nevoile mele emoționale), fie că este vorba de sex, fie de un masaj reciproc. Alteori, doar ne îmbrățișăm!

Cred că nu noi reprezentăm regula în căsniciile de astăzi, și este păcat. Haideți să facem ceva! Ce înseamnă douăzeci de minute pe zi? Renunțați la lupta pentru putere... veți fi uimite de rezultate! Nevoile voastre emoționale vor fi împlinite și puteți obține un ajutor suplimentar în gospodărie!"

Problema „luptei pentru putere" se află în centrul multor jurăminte matrimoniale. Nemulțumirea tipică a bărbaților este următoarea: e nemulțumită, niciodată nu e recunoscătoare sau satisfăcută. Nemulțumirea tipică a femeilor: este insensibil, nu-mi satisface nevoile emoționale și nu face nimic în casă. Și totul devine din ce în ce mai înverșunat, pe măsură ce el e tot mai nemulțumit, iar ea tot mai frustrată. Ambii sunt nefericiți.

Apoi se duc la un terapeut, dar, din păcate, domeniul psihoterapiei este populat de indivizi care au idei fixe: afară cu valorile tradiționale, bărbații sunt răi și femeile sunt oprimate. Cura, pentru ei, se face fie pentru a-l feminiza pe soț, fie pentru a sugera divorțul. Ken, un ascultător, confirmă această poziție scriind:

„Din experiența mea, indiferent de calea abordată (cărți, casete, consiliere etc.), am constatat că societatea de astăzi consideră că este EXCLUSIV RESPONSABILITATEA BĂRBAȚILOR să învețe să comunice la nivelul la care înțelege și asimilează femeia. Rezultă că îmbunătățirea unei relații poate avea loc NUMAI dacă soțul dorește să-și modifice adevărata natură, să-și descopere latura «feminină» și să învețe să gândească, să reacționeze și să «interpreteze din punct de vedere emoțional» la fel ca soția sa.

Dacă bărbatul manifestă dorințe sau percepții diferite, asta se întâmplă pentru că este egoist, obtuz, are o mentalitate anchilozată și depinde numai de el dacă dorește să scape de ceea ce e «masculin» pentru a fi pace în casă."

În cadrul emisiunilor mele radiofonice, atunci când am de-a face cu femei disperate și depresive, le rog să facă ceea ce pare imposibil: să depășească această situație, având un nou plan și o nouă atitudine.

Adesea, le vine foarte greu să facă asta; ca și elefanții, avem o memorie lungă... atunci când suntem ofensate. Există însă și situații ce nu pot fi uitate: cruzimea, violența, dependențele și aventurile. Aceste probleme sunt, în general, o excepție, nu o regulă. O întreb pe soția de la capătul firului dacă preferă să divorțeze. În general, după ce se gândește la visuri, la copii, la situația financiară și la amintirile plăcute, răspunde că nu. Apoi îi sugerez să promită că se va schimba, în ciuda amintirilor neplăcute sau a jignirilor recente.

În fond, bărbații pot face lucruri prostești fără a avea deloc intenția de a jigni. Jeff, un ascultător, îmi dezvăluia în scrisoarea lui următoarele:

„Femeile trebuie să-și dea seama că noi facem pur și simplu lucruri prostești. Asta nu înseamnă că e vorba de un atac personal la adresa lor. Când facem aceste lucruri prostești, nu e nevoie de pedeapsă. De regulă, ne simțim jenați. Avem nevoie de iertare.

Noi, bărbații, renunțăm la un conflict cu soțiile noastre fără gânduri ostile, dar lipsa de iertare din partea lor le ține pe loc și le face și mai ranchiunoase. Iertarea este cheia oricărei relații de succes, și uneori trebuie să dăruiești, fie că merită, fie că nu."

Nu folosesc des cuvântul *iertare* în emisiunile mele radiofonice; în schimb, vorbesc despre ceea ce înseamnă *a trece peste*, astfel încât să mai existe loc și pentru speranță. Le reamintesc femeilor că a trece peste ceva nu înseamnă că resentimentele mai apar din când în când, în momente nesemnificative sau stresante.

Aceasta constituie, de regulă, o revelație pentru ele, faptul că fiecare gând sau sentiment trebuie dezvăluit sau pus în practică. De fapt, o parte a procesului de maturizare constă în a învăța să alegi ce să faci cu trăirile tale și cum să procedezi cu ale altora. Soluția a fost descrisă de Gary, un ascultător:

„Femeile nu știu să ierte. Ele nu uită niciodată și adună dezamăgirile ca lemnele de foc. Femeile au tendința de a izbucni aparent din senin, de a fi supărate în legătură cu lucruri care nu au nicio legătură cu nimic."

Această aparentă incapacitate de a ierta este o armă în cadrul luptei pentru putere pe care am menționat-o mai devreme. Această armă este utilizată din câteva motive importante:

- Cu intenția de a răni, drept răzbunare pentru o jignire reală sau imaginară
- Ca instrument de desconsiderare, pentru a recâștiga controlul
- Ca modalitate de a răsturna situația, de a face din femeie o victimă atunci când nu dorește să-și asume greșeala.

În același timp, femeile doresc să fie măritate (și fericite), dar se scufundă în nefericire pentru că nu vor să treacă peste anumite lucruri.

Probabil că primul lucru pe care trebuie să-l ierte femeile în cazul soților lor este acela că... sunt bărbați. Suzanne, o ascultătoare, mi-a scris o scrisoare lungă despre eșecul primului ei mariaj și despre ce anume a învățat din asta, astfel încât cea de-a doua căsătorie, la treizeci și șapte de ani, să funcționeze. De fapt, și-a dat seama că mariajul presupune mult efort și că primul lucru pe care trebuie să-l înțeleagă este diferența dintre bărbați și femei. Spunea că problema, așa cum o vedea

ea, constă în aceea că femeile doresc bărbați puternici, care își întrețin familia, dar se așteaptă ca aceștia să se comporte ca niște prietene cărora să le poată ciripi mereu la ureche: „Dorim ca ei să fie «disponibili din punct de vedere emoțional».“ Cu alte cuvinte, DORIM SĂ-I TRANSFORMĂM ÎN FEMEI. Mi-a povestit apoi o scenă dintr-un film de televiziune, în care un soț, încercând să-și consoleze soția, spune: „Nu știu ce să fac. Nu te doare nimic fizic, și asta e singura durere pe care o înțeleg bărbații.“ Suzanne și soțul ei au fost cât pe-aci să cadă de pe canapea de atâta râs.

Cary, un alt ascultător și soț, îmi scria:

„Mi se pare interesant că sunt mereu acuzat că mă comport într-un mod firesc pentru un bărbat. Reiese că soția mea ar vrea să am comportamentul unei femei, fără a-mi pierde însă masculinitatea.“

Mi-a descris apoi câteva elemente importante ale înțelegerii dintre el și soția lui în ceea ce privește aceste așteptări și comunicarea. Cinstit vorbind, sunt destul de universale:

- „Mi se spune mereu că nu ascult niciodată. De cele mai multe ori, am ascultat, dar am eșuat în a citi printre rânduri. Bărbații sunt niște ființe mai directe. Nu le place să citească printre rânduri. În general, femeile înțeleg totul.“
- „Femeile se supără din te miri ce și sunt frustrate, deoarece bărbații nu se îngrijorează pentru nimic. Au impresia că nouă nu ne pasă.“
- „În general, femeilor le place să vorbească și să aducă problema în discuție. În mod firesc și instinctiv, bărbații caută imediat soluția și încearcă să rezolve problema definitiv! Noi dorim să ne protejăm familiile și să știm că viețile lor sunt în siguranță. Vrem doar să ajutăm.“

Dacă femeile ar recunoaște trăsăturile instinctuale ale naturii masculine și nu ar mai lupta împotriva lor, ar vedea că nu vor mai exista atâtea certuri și lupte. Cary a concluzionat, spunând că femeile au tendința să lupte împotriva trăsăturilor naturale ale bărbaților. Mi se pare că are dreptate.

Va exista mereu o luptă pentru putere între bărbați și femei într-o lume a mentalității „unisex“. Numai atunci când femeile se vor bucura de forțele pe care ele le au, iar bărbații nu, și invers, vor deveni mai fericite și își vor putea juca mai bine rolul pe scena căsniciei.

Una dintre sechelele mișcării feministe o constituie lipsa de respect față de unicitatea și specificitatea feminității și a masculinității. Multe femei se luptă acum să recâștige respectul pentru feminitatea lor. Acest lucru va acționa favorabil asupra abilității de a accepta și de a aprecia un bărbat în termenii masculinității.

Sara May, una dintre ascultătoarele mele, a început acest proces atunci când a luat parte la un „weekend feminin“ de orientare religioasă. Trecând prin această experiență, a început să înțeleagă diferența fundamentală dintre bărbați și femei. De asemenea, a recunoscut faptul că prin cereri, critică și sarcasm acționa, de fapt, împotriva propriei viziuni asupra unei relații fericite, plină de iubire, de lungă durată, alături de soțul ei.

S-a hotărât să dea o șansă acestor noi concepte și afirmă acum că se simte din nou îndrăgostită, mai profund ca altădată.

„Mi-am dat seama că tocmai ceea ce mă atrăsese la el, masculinitatea, relaxarea, liniștea, bunătatea, era ceea ce îi reproșam, în loc să apreciez faptul că aceste calități făceau parte din familia noastră, eu fiind un partener mult mai tensionat. Am învățat să fac o listă nouă cu toate lucrurile care îmi plăceau și le apreciam la el, să-mi manifest iubirea față de el prin mici gesturi zilnice și să-l fac să se simtă că este într-adevăr eroul meu.

Am simțit din nou partea cea mai bună a feminității mele... și el, la fel!

De asemenea, am învățat să mă bazez pe prietenele mele pentru relațiile emoționale pe care mi le doream și în legătură cu care mă așteptasem în mod greșit să-mi fie oferite de soțul meu, când, de fapt, nu făcea parte din firea lui, ca bărbat, să-mi furnizeze profunzimile emoționale ale unei femei."

Asta înseamnă că dacă soțul tău nu *spune* ceea ce ai vrea tu, pentru că te-ai uitat la prea multe telenovele, ar trebui să urmărești ceea ce *face*. Când curăță gheața de pe parbrizul mașinii tale, asta *este* o dovadă de iubire. Bărbații sunt oameni de acțiune. Acțiunea reprezintă modul în care comunică bărbații.

Marge, o ascultătoare, l-a descris pe soțul său ca nefiind prea afectuos sau comunicativ, deși este extrem de mulțumită de căsnicia ei și îndrăgostită profund de un bărbat iubitor. Cum așa? Simplu. Este o femeie deșteaptă — înțelege că bărbații își demonstrează emoțiile și pasiunile prin acțiuni, nu prin vorbe frumoase.

„Poate că nu e în stare să-mi spună așa de des cum aș vrea eu că este îndrăgostit de mine până peste cap sau cât de incredibil de frumoasă sunt. Dar poate telefona la un service auto din timp, poate pleca de la serviciu ziua în amiaza mare ca să se întâlnească cu mine acolo și să urmărească cum schimbă mecanicii cauciucurile mașinii mele. Eu nu i-am spus să facă toate astea, dar el se gândește la mine. Am ajuns să apreciez faptul că mi-a spus în gura mare: «Te iubesc!» în fața celor de la atelier. Mă simt chiar ca o regină. Se comportă așa de mulți ani. A trebuit numai să deschid ochii și să-l apreciez."

E ușor să provoci un soț atunci când spune că modul lui de a-ți arăta dragostea este să se ducă la serviciu și să câștige bani pentru familie. Sigur că ar fi muncit, ar fi rămas blocat în trafic etc. și dacă ar fi fost singur. Da, ar fi făcut exact același lucru, dar nu cu aceeași angajare, sacrificiu și profunzime a pasiunii pe care le pune la bătaie pentru soția și copiii lui.

Bărbații nu numai că au ca formă de comunicare acțiunea și forța fizică, dar tot în felul acesta primesc și mesajele de iubire. Când o soție se lipește de el, chiar dacă e obosită și epuizată după o zi grea, bărbatul primește mesajul că e iubit, dorit, apreciat și acceptat. Și, așa cum spunea Cheryl, o ascultătoare înțeleaptă: „Când se simte iubit și respectat, restul îngrijirii și satisfacerii nevoilor lui sunt floare la ureche."

Atunci când o soție dorește să transmită ceva important soțului ei, abordarea directă este cea mai potrivită. Asta înseamnă să lase aluziile deoparte. Mark, un ascultător, se plângea de faptul că „soțiile fac aluzii și nu spun direct ce doresc. Dacă eu vreau ceva, vorbesc. Soțiile trebuie să bată șaua să priceapă iapa, în loc să spună direct: «Vreau asta...»"

O ascultătoare scria că soțul ei uită mereu de aniversări și de zilele de naștere. În loc să se „enerveze și să-și iasă din minți", și-a dat seama că nu era vorba de

o lipsă de respect față de ea, ci de faptul că el nu prea ține cont de detalii, dar era mereu prezent în situații importante. Trebuie să-i vorbească cu câteva luni înainte de aniversarea căsătoriei lor:

„La noi nu merge cu subtilități. Așa că îi spun: «Oho! Facem douăzeci și cinci de ani pe 24 iunie! Ar trebui să mergem într-o croazieră.» Și funcționează. Mergem în Alaska!"

Din păcate, prea multe femei sunt blocate într-un romantism absurd: „Dacă m-ar fi iubit, ar fi știut la ce mă gândesc, ce îmi place, ce ar trebui să spună..." Viața adevărată cere mai multă responsabilitate personală. O ascultătoare mi-a scris:

„Am așteptat multă vreme ca soțul meu să-mi citească gândurile. Mă gândeam: «Nu pot să cred că mă întreabă așa ceva! Nu știe oare până acum ce anume îmi place?» Asta se referă la orice, de la culorile preferate la locul în care vreau să mă atingă în timpul actului sexual. Credeam că pot vorbi cu el într-un mod subtil, indirect, și că el își va da seama cu siguranță. Nu, nu, nu. Am învățat să spun ce vreau și să încetez cu jocurile care ne frustrează pe amândoi."

Incapacitatea unui soț de a citi gândurile soției, de a-i percepe stările și de a răspunde la toate dorințele ei nu înseamnă că nu o iubește sau că este un insensibil. Mai degrabă înseamnă că e doar un tip obișnuit.

Și mai există și acele momente în care acești „tipi obișnuiți" doresc să comunice, dar nu pot s-o facă... în principal, pentru că le e teamă.

În general, bărbații se simt în postura celui care greșește mereu. Asta înseamnă că, dacă nu spun ceea ce gândesc, sunt condamnați, iar dacă o fac, atunci sunt condamnați pentru că „nu au spus ce trebuie".

Lloyd, un ascultător, mi-a trimis o scrisoare amuzantă în legătură cu această problemă:

„Soțiile fac tot timpul următoarea observație: «Nu vorbești niciodată cu mine!» sau «Nu înțelegi!»

Dar când soțul întreabă: «Ce s-a întâmplat, dragă?», răspunsul este: «Dacă nu știi, nu-ți mai spun!»

POFTIM?

Femeile subliniază constant, și pe bună dreptate, faptul că bărbații nu sunt la fel de sensibili la sentimente ca ele, dar ele însele ignoră complet această înțelepciune.

Dacă soțiile doresc cu adevărat ca soții lor să le înțeleagă, trebuie să accepte ceea ce ei știu în mod instinctiv. Soțiile trebuie să le spună soților lor ceea ce cred, simt și le interesează în propoziții simple, declarative, folosind cuvinte cu una sau două silabe.

Exemple:

Soția: Dragă, azi m-am tuns și m-am coafat. Îți place?

(Credeți-mă, noi, bărbații, știm să răspundem corect).

Nu: Dragă, observi ceva schimbat la mine?

(Poftim? Apoi înnebunește dacă întrebăm unde este câinele.)

Sau:

Soția: Vreau să mă duc la film diseară.

Nu: Ce vrei să faci diseară, dragule?

(Și apoi își ies din minți dacă le spunem: «Vreau să stau acasă și să mă uit la televizor, iubito».)

Llyod vrea ca soțiile să-i „priceapă" pe bărbați, căsătoriți sau nu, nu să le împărtășească gândurile și sentimentele așa cum procedează cu prietenele lor — cinstit vorbind, ei nu simt nevoia de a-i deranja pe ceilalți cu sentimentele lor. Pur și simplu se confruntă cu ele. Dacă trebuie făcut ceva, acționează. Dacă ceva trebuie spus, ei vorbesc. În general, trăiesc cu gândurile lor și se adaptează.

Dar, adesea, atunci când bărbații își deschid sufletul în fața soțiilor lor, consecințele sunt neplăcute, lucru pe care l-am observat în ședințele de consiliere matrimonială pe care le-am condus. Soția îl împinge pe bietul om să-și exprime câteva sentimente, apoi se răzbună pe el, acuzându-l că nu are deloc dreptate (în ceea ce privește un sentiment?), că este insensibil, rău, și așa mai departe.

Această scenă a devenit un stereotip justificabil. Este vorba de momentul în care, în interviuri, le spun că femeilor le pasă de sentimentele bărbaților lor numai atunci când nu le amenință în vreun fel (în ceea ce privește sentimentele lui, ea le ignoră și își petrece tot timpul cu copiii sau vorbind la telefon cu mama) sau le complimentează. Cele mai multe soții nu vor, de fapt, să aibă de-a face cu sentimentele soților, ci doar să știe că acestea sunt pozitive în ceea ce le privește, că le pasă etc. Orice alte sentimente ale soților, care pot fi neplăcute pentru soții, sunt, în general, strivite. Recunoașteți. Este adevărat. Multe femei sunt blocate în această atitudine: „Nu trebuie să existe niciun fel de sentimente în afară de cele față de mine." Este o poziție egoistă, pe care trebuie s-o recunoască și s-o înlăture dacă există compasiune adevărată pentru soț.

Nemulțumirea lui Glen era îndreptățită:

„Orice autoritate în domeniul relațiilor interpersonale îți va spune: dacă ai o problemă cu soția, confruntă-te cu ea. Vorbește cu ea și spune-i ce simți. Ori de câte ori fac asta, soția mea îmi răspunde cu o explicație foarte clară. Îmi explică ce anume greșesc și de ce cred eu că problema respectivă are de-a face cu ea!

După treizeci și cinci de ani de căsnicie, nu poate înțelege de ce mă închid în birou și evit orice discuție serioasă cu ea și de ce nu îi împărtășesc sentimentele. Nu sunt un idiot. Sunt un profesor pensionar, cu o carieră de treizeci de ani în spate, care, în timp, a fost minimalizat.

Mi-am iubit soția, am crescut trei copii împreună cu ea și i-am fost credincios. Viața noastră ar fi mai bună dacă m-ar asculta și m-ar înțelege, în loc să-și conceapă «apărarea» în timp ce vorbesc."

Cât de dureroasă este această scrisoare! Deseori, bărbații nu vorbesc pentru că soțiile lor nu-i lasă să spună ceea ce nu vor să audă. Apoi soții își ascund sentimentele. Se feresc de soții. Am primit sute de scrisori de la soți care suferă la fel ca și Glen. Este remarcabil faptul că cei mai mulți dintre ei spun că și-au iubit soțiile și familiile, le-au fost credincioși și nu au dezertat. Parcă am vorbi de loialitatea unui cățeluș oprimat!

Indiferent dacă soțul este doar un „tip", ori a fost îndepărtat de soția lui dificilă, avem de-a face de fiecare dată cu problema deschiderii sincere a unui bărbat. Roberto, un ascultător, mi-a scris:

„Mi se pare frustrant atunci când soția mea încearcă să-mi smulgă un răspuns sau o opinie, deși eu nu sunt pregătit să vorbesc sau încă nu știu cum să răspund altfel decât în stilul ei. Cred că e nevoie de timp pentru

a pune totul în cuvinte. Uneori, trebuie să zugrăvim o cameră, să ne implicăm fizic în ceva pentru a găsi cuvintele potrivite. Vreau ca soția mea să mă lase să mă gândesc în liniște, fără să fie nevoie să vorbesc."

Scrisoarea lui Roberto exprimă o poziție importantă. Cred că multe soții vor să fie iubitoare și să-și ajute soții, dar dacă nu iau în seamă natura „masculină" a acestora, sfârșesc adesea prin a-și anihila bunele intenții. Soțiile au obiceiul de a-i chestiona la nesfârșit pe soți în legătură cu sentimentele lor. În general, bărbații nu doresc o interogare, lor li se pare suficient dacă ascultă.

Din moment ce nu stă în firea bărbaților „să se deschidă" în ceea ce privește sentimentele, este neproductiv să-i bombardăm cu întrebări. Haideți să ne întoarcem la „dominanta fizică masculină" — cei mai mulți soți doresc să fie ascultați, îmbrățișați și susținuți. Asta înseamnă să nu analizăm prea mult, sau, așa cum mi-a scris Gary, un ascultător:

„Nu trece printr-un filtru ceea ce spune un bărbat, dând apoi deoparte ceea ce crezi că a vrut să spună. Bărbații nu trebuie crezuți pe cuvânt; găsește semnificația reală a spuselor lui. Apoi, condamnă-l pentru cuvintele dureroase pe care nu le-a rostit niciodată!"

Femeile ar trebui să ia de bun ceea ce spune un bărbat. Ele au tendința de a analiza în mod excesiv bărbații, când, de fapt, ei nu sunt chiar așa de complicați. Soțiile trebuie să-i lase în pace pe soți și să respecte faptul că au alte modalități de exprimare, care nu trebuie considerate inadecvate.

Charlie, un alt ascultător, evidențiază foarte clar această problemă:

„Neacceptarea unor opinii diferite pare să fie o frustrare obișnuită. Anumite femei cred că bărbații nu sunt în stare să gândească. Jignirile și insultele sunt greu de ignorat. Eu evit să-mi împărtășesc opiniile și sentimentele dacă mi se pare că există cea mai mică posibilitate să nu fiu în asentimentul punctului de vedere feminin.

Și lucrul cel mai trist este că, atunci când un bărbat suportă o astfel de manipulare și încearcă să-și netezească asperitățile masculine disprețuite de soție, ea este mai puțin atrasă de «blegul» pe care l-a creat!"

Urmează apoi greșelile făcute de soții atunci când încearcă să comunice cu soții lor. Iată ce mi-au trimis ascultătorii:

- „Femeile se pricep foarte bine la aluzii subtile atunci când doresc ceva. Dacă eu nu înțeleg, atunci sunt insensibil, nu-mi pasă de nimic, sunt uituc. Dacă ar spune simplu: „Te rog, vrei să faci asta pentru mine?", i-aș cunoaște foarte clar dorința. De asemenea, femeile care dispun de o sensibilitate acută pentru sentimente sunt adesea sensibile numai față de sentimentele și nevoile lor, nu și față de ale soților."
- „Nu știu care este diferența dintre momentul în care soția mea vrea un sfat sau în care pur și simplu se descarcă nervos. De exemplu, îmi spune că nu are timp să pregătească cina. Mă ofer să o scot la plimbare pe fiica noastră de șaisprezece luni. Soția mea se supără și spune că nu o înțeleg. Dacă știu care e problema, caut o soluție. De unde să știu eu când trebuie s-o ascult... fără cină?"

- „Am fost căsătorit treizeci de ani și apoi am divorțat. Un bărbat are nevoie să știe ce vrea o femeie înainte ca acel lucru să se contureze clar în mintea ei. Un bărbat nu poate citi gândurile; nu strâmbați din nas, dar uneori trebuie să fiți directe. O soție trebuie să comunice lucrurile serioase într-un fel anume, astfel încât soțul să-i acorde o atenție specială și să nu le considere ceva obișnuit, o conversație neimportantă. Luați-l de mână și spuneți-i: «Trebuie să discutăm ceva foarte important pentru mine.»"
- „Un bărbat se trezește dimineața fără să aibă habar ce trebuie să facă, iar gândurile lui sunt ceva de genul: «Hmm, ce ar trebui să fac azi? Aș putea lucra la mașină sau aș putea face ceva împreună cu soția mea — mă întreb ce își dorește ea? Dacă este ocupată, poate mă duc să-l caut pe X (numele unui prieten), să văd ce face...» Nu e vorba de niciun fel de ironie. Soția vine și ea și spune: «Ei bine, ce ai de gând să faci azi? O să lucrezi toată ziua la mașină? Știi, în ultima vreme nu mai stăm deloc împreună... etc., etc.» Ce voia ea, de fapt, să spună? Poate «aș dori să stau azi cu tine, bărbatul pe care îl iubesc. Vreau să fiu cu tine și mi-e dor de tine.» Dar ce primește în schimb bărbatul? «Mi-am dat seama că puțin îți pasă și nu mai suport chestia asta!» Care este reacția bărbatului? «Of, iubito, nici măcar nu mi-am băut cafeaua. De ce te plângi de ceva ce nici n-am apucat să fac? Mă învinovățești pentru ceva ce încă n-am făcut și, indiferent ce-ți dorești, mă simt manipulat și probabil că voi fi nemulțumit.» Femeie, fii mai directă!"
- „Dacă doriți să vorbiți cu noi, soții, începeți cu subiectul. Nu elaborați abordarea; spune-ne în față despre ce vreți să vorbim, de exemplu, disciplina copiilor, cheltuielile sau ceva ce te nemulțumește. Nu mai face tot felul de aluzii care sunt greu de priceput! Trebuie să fim puși în gardă dacă este vorba de o discuție serioasă sau de una mai simplă. De exemplu, nu e bine să spui: «Cât de mult te costă să joci golf în weekend? (Pauză). Nu e cam mult? (Pauză... tăcere... lungă...) De ce nu vorbești niciodată despre bani?» Era mai bine să spui așa: «Trebuie să vorbim despre bani. Sunt îngrijorată, cheltuim prea mult.»"
- „Bărbații nu pot citi gândurile. De multe ori, am fost în situația în care, aparent, am făcut ceva rău, fără să am vreun indiciu despre ce era vorba sau când anume s-a întâmplat acel lucru. Doar atmosfera îmi spune că s-a întâmplat ceva. Tăcerea nu e de mare folos. Când o întreb pe soția mea ce s-a întâmplat sau ce am făcut, răspunsul este același: «Nimic.» I-am spus așa: «Nu pot rezolva o problemă dacă nu știu despre ce este vorba.» Acum, viața mea este mult mai bună."

M-am bucurat să citesc scrisorile soțiilor care au depășit diferite crize produse de bărbați. Mary, o ascultătoare, era căsătorită cu soțul ei de zece ani, când (la patruzeci și șapte de ani) a început să-și schimbe radical modul de a se purta cu el. A ajuns la concluzia că el nu avea capacitatea de a-i citi gândurile. I se părea că, pentru că era soțul ei, trebuia, în mod automat, să știe ce simțea ea și care erau nevoile și dorințele ei. Era rușinată de așteptările ei față de el în privința citirii gândurilor, ceea ce dusese la o anumită ostilitate.

„Este uimitor cum am ajuns să fiu iritată de faptul că, zile la rând, coșul cu lenjeria și șosetele lui spălate

stătea în capul scărilor, iar eu aveam pretenția ca el să știe asta și să le ia de acolo. Acum îi spun că rufele din coș sunt curate și-l rog să le ia, dacă vrea, și să le pună la locul lor. Și face asta fără niciun fel de probleme!"

Cred că Mary a atins un subiect important atunci când și-a exprimat convingerea că soțul ei nu intenționase niciodată să o irite și că multe dintre problemele care o enervau erau determinate de modul în care ea îi interpreta acțiunile.

„Ai dreptate, îngrijirea și satisfacerea nevoilor soților sunt lucruri simple. Trebuie să nu complic eu totul prin comentariile mele."

De fapt, a lua în considerare faptul că un soț are în minte binele soției, a crede că, de fapt, el nu intenționează s-o rănească sau s-o dezamăgească, fiind capabil să vadă lucrurile pozitive, reprezintă cheia sentimentelor pozitive ale unei soții față de soțul ei. Kelly, o ascultătoare, mi-a scris despre încercarea prin care a trecut. Și-a adus aminte o ceartă (deși nu mai știa despre ce fusese vorba!), în urma căreia s-a dus ca o furtună într-o altă cameră, a stat acolo și a fiert în suc propriu, gândindu-se că, dacă ar fi iubit-o, el ar fi trebuit să-i cumpere niște flori, deoarece fusese vinovat. S-a dat de ceasul morții, observând că el nu mai venea cu florile, dovedindu-i astfel că nu o iubea! Apoi și-a dat seama că în felul acesta nu va ajunge nicăieri, că își va rata căsnicia.

S-a gândit la ceea ce și-ar fi dorit soțul ei și s-a dus la magazin să cumpere niște lapte cu ciocolată și flori. Când s-a întors, au purtat o conversație minunată despre toate lucrurile pe care le admirau unul la celălalt și și-au dat seama cât de neimportantă fusese pentru ei neînțelegerea.

„Oricât de simplu ar părea, a trata bine un soț este o parte componentă a Regulei de Aur. În loc să te gândești la ceea ce nu primești și să te transformi într-o luptătoare pentru putere (ceri mai mult și îl dai deoparte pe el cu ostilitate), încearcă să-i oferi ceva din ceea ce îți place și ție. Privește viața și din perspectiva lui. Nu-ți va dăuna dacă vii și îi spui cât de mult apreciezi faptul că muncește atât de mult pentru a-și întreține familia, în loc să te plângi că a întârziat din nou la masă."

Este important să nu ții socoteala momentelor de tipul „ți-am spus eu". Dacă ai ales un bărbat bun, decent, vei primi în schimb iubire dacă te concentrezi, în primul rând, asupra a ceea ce poți oferi, fără să strâmbi din nas în legătură cu ceea ce primești. Tu și soțul tău veți fi mai fericiți, pentru că mariajul vostru va fi mai puternic.

Alexis, o ascultătoare, mi-a scris o scrisoare foarte grăitoare, care sintetizează toate aceste aspecte. Ea vorbește despre îngrijirea și satisfacerea nevoilor unui soț, soția obținând și ea ceea ce își dorește — presupunând, desigur, că este vorba de ceva rezonabil. Alexis a avut mereu o anumită nemulțumire, voia ca soțul ei să facă *mai mult în gospodărie*, indiferent dacă era vorba de curățenie sau de a repara ceva.

Alexis a făcut ceea ce fac cele mai multe soții: s-a certat, s-a supărat, a strâmbat din nas, a amenințat, l-a acuzat și l-a pedepsit. Nimic nu a mers. Odată, când era foarte pornită, a tras aer în piept și i-a spus soțului ei într-un mod sincer și plin de iubire: „Știi, dragule, când te rog să faci ceva, ți se pare prea mult? Crezi că asta-i tot ce poți sau ar trebui să fac eu lucrul acela?" Răspunsul lui a fost: „Nu, pot să fac mai mult." Iar Alexis i-a răspuns: „Bine."

„Totul s-ar fi putut transforma în ceva monstruos, dar m-am gândit că ne certaserăm destul pe tema asta și nu ieșise nimic. Noi, femeile, trebuie să fim istețe. Trebuie să ne facem soții să se simtă iubiți așa cum am vrea noi să fim iubite. Nemulțumirea soțului meu consta în aceea că înregistram tot ceea ce nu făcea bine sau nu făcea deloc. Și bărbații au sentimente."

În felul acesta, soțul lui Alexis a încetat să încerce s-o mai satisfacă. Ea și-a schimbat repede tactica și a început să se apropie de el într-un mod pozitiv: „Sunt așa de fericită că ți-ai adus aminte să arunci gunoiul! Mulțumesc foarte mult!"

Bun, dar o soție se poate întreba de ce i-ar mulțumi soțului pentru ceva ce el „ar fi trebuit să facă", în fond, este și casa lui, nu?, iar femeile nu sunt sclavele... și uite așa apar acele gânduri și sentimente negative care ne strică ziua. Dar toată lumea merită și are nevoie de apreciere și aprobare pentru ceea ce face — fie că este vorba de o îndatorire a lor, fie că nu (sau, cu alte cuvinte, de ce le oferim soldaților și altor eroi medalii?). Așa cum a spus Alexis:

„Cu cât acționez mai pozitiv și apreciez ceea ce face, cu atât mai mult va fi înclinat să mă asculte. Oamenii se străduiesc dacă sunt lăudați. Atunci când procedez așa, nu se mai împotrivește deloc."

Apropo, soțul ei își începe mereu rugăciunea de seară cu „Doamne, îți mulțumesc pentru că mi-ai dat o astfel de soție."

În concluzie, ofer lista lui Ron soțiilor care doresc să comunice eficient și să aibă grijă cum se cuvine de soții și de căsniciile lor. Iată concluziile la care a ajuns el:

- Bărbații sunt impresionați de sinceritate, nu de manipulare (nazuri, constrângeri, țipete, plâns sau șantaj emoțional).
- Dacă solicitarea soției este prea complicată, avem tendința fie să uităm, fie să ne pierdem interesul. Așa că, dacă soțiile vin cu niște solicitări sincere, simple, de regulă ne place să le îndeplinim.
- Ne place să putem rezolva în calitate de experți probleme dificile pentru cei pe care îi iubim. Dacă ne tratați ca pe niște experți, asta vom deveni, probabil din cauza orgoliului nostru.
- Dacă ne rugați ceva pe un ton iubitor, puteți fi sigure că ne veți impulsiona rapid și ușor și vom face ceea ce doriți. Dacă este vorba de o recompensă reală (apreciere, afecțiune, aprobare, admirație), vom face totul pentru a o primi — cu loialitatea unor câței.
- Când ne rugați să facem ceva, nu uitați de obstacolele posibile: alte urgențe, chestiuni care ne distrag atenția. Dacă ne aduceți aminte, tot pe un ton drăgălaș, de rugămintea inițială, vom reveni asupra ei.

Gary, un ascultător, a sintetizat toate cele de mai sus astfel:

„Îngrijirea și satisfacerea nevoilor soților? Fii o persoană pe care el s-o poată respecta. Iubește-l ca și cum niciodată n-ai fost rănită. Lasă-l să-ți întoarcă favorurile."

Astfel de lucruri trebuie comunicate.

„Cred că femeile își folosesc trupurile ca pe niște instrumente pentru a-i controla pe bărbați. Odată căsătorite, ele apelează la alte instrumente. Mi se pare că avem această problemă. Fetele ar trebui să fie mai modeste, iar soțiile nu — cel puțin în preajma soților. În schimb, femeile singure își arată coapsele și sânii, iar soțiile se îmbracă asemenea unor eschimoși. Am văzut mai multă piele atunci când îi făceam curte decât acum, când sunt om însurat — și eram virgin atunci când m-am căsătorit!"

— BOB

„Soția mea minunată a spus-o cel mai bine: «Sexul este pentru soț ceea ce reprezintă conversația pentru soție. Când o soție îl privează de sex pe soț cu zilele, ba chiar cu săptămânile, este evident că el refuză să mai vorbească cu ea cu zilele, ba chiar cu săptămânile.» Soțiile ar trebui să-și dea seama ce impact distrugător are abstinența sexuală forțată asupra unui bărbat bun care este hotărât să le fie credincios."

— HERB

„Avem nevoie de mai mult sex. O dată pe zi e bine."

— STEVE

Dacă m-aș gândi la regulile de îngrijire și satisfacere a nevoilor soților, regula numărul unu ar fi... comportă-te ca o „fată". Pare simplu, nu-i așa? Evident, soțiile sunt de sex feminin, femei, fete. Deci, ce ar trebui, de fapt, să „facă" pentru a fi fete? Foarte multe.

După căsătorie, și, cu siguranță, după ce au avut copii, prea multe soții manifestă simptomele „sindromului femeii șleampete", care includ purtarea în pat a unor pijamale de flanel și a șosetelor, a unor colanți sau tricouri uriașe; nu-și rad părul de pe picioare și nu-și îngrijesc unghiile; nu-și spală și nu-și aranjează părul; se demachiază (în loc să-și împrospăteze machiajul) chiar înainte de sosirea soțului; folosesc toaleta în prezența lui; nu fac nicio încercare de a mirosi frumos (parfum sau ulei de corp) și nu se îmbrăcă niciodată sexi... în fața soțului.

Atunci când femeile m-au sunat să-mi spună că au căsnicii nefericite, deși în lipsa unei probleme evidente, le-am întrebat dacă au contractat această boală. Aproape toate au răspuns afirmativ. Când le-am sugerat tratamentul, m-am confruntat cu niște femei mânioase, plictisite, ranchiunoase, încăpățânate! Este îngrijorător faptul că femeile cred că, odată căsătorite, sunt îndreptățite să fie iubite, adorate, protejate, respectate și întreținute în mod necondiționat, fără niciun fel de reciprocitate și, evident, fără niciun efort din partea lor de a crea mediul emoțional și psihologic potrivit pentru realizarea acestor dorințe.

Sam, o ascultătoare, mi-a scris:

„Femeile așteaptă să fie venerate, dar arată ca niște vrăjitoare șleampete. E foarte greu să te îndrăgostești de o vrăjitoare și să mai fii și sincer. Recunosc că am căzut și eu în capcana asta, dar am reușit să-mi revin. Acum fac duș, îmi aranjez părul și machiajul înainte ca iubitul meu să vină acasă de la serviciu și, ei bine, eforturile îmi sunt răsplătite!"

Aflate în boxa acuzaților, soțiile își acordă circumstanțe atenuante pentru că „El... (și aici urmează critica)". „Ei bine, spun eu, poate că așa e. Dar voi sunteți cele care mă sunați, pentru că vă simțiți nefericite. Voi

sunteți cele care pot decide să îmbunătățească situația." Le reamintesc că „bărbații sunt mai simpli" și că ele, soțiile, au într-adevăr puterea de a schimba relația, pentru că, așa cum am mai spus, bărbații iartă mai repede decât femeile și recurg la un feedback pozitiv.

Ceea ce îi atrage pe bărbați la femei este feminitatea lor, care nu se referă numai la înfățișare, ci și la comportament. A arăta feminin și a te comporta frumos, a flirta sunt daruri pe care soțiile le oferă soților. Astfel, soțul este considerat un bărbat, nu un om bun la toate, care aduce bani acasă sau care donează spermă. Și dacă este romantică și se prezintă ca o femeie atrăgătoare, va avea mai mult de câștigat decât dacă arată ca o doică, ca o femeie de serviciu sau ca o muncitoare.

Kelly, o ascultătoare, mi-a scris că își aduce aminte cât de mult efort depunea pentru feminitatea ei atunci când se întâlnea cu viitorul ei soț. Abia aștepta să gătească pentru el mese romantice sau să-și cumpere haine sexi. Îi plăcea felul în care o „dorea" el și îi plăcea să-l aștepte.

După căsătorie, trebuiau plătite facturile, avea, fiecare cariera lui, o casă de întreținut și copii de crescut. După nașterea celui de-al doilea copil, a renunțat la carieră pentru a se îngriji de casă și de copii. Acum își petrecea ziua făcând curățenie, spălând, mergând la cumpărături, jucându-se cu copiii și ținând socoteala banilor. Când soțul ei venea acasă, erau anumite lucruri pe care el trebuia să le facă... imediat! Și, desigur, nimic din toate astea nu avea legătură cu romantismul, cu intimitatea sau cu alte activități pline de iubire.

A descoperit faptul că devenea din ce în ce mai năzuroasă, ostilă și posacă, având din ce în ce mai des sentimentul că viața o trădase. Când soțul ei venea acasă, nu-l mai întâmpina cu o îmbrățișare și un sărut, nu-și mai arăta afecțiunea, nu mai făceau sex și nici nu-l mai săruta de noapte-bună.

Pe scurt, îl învinuia pe el de nefericirea ei, considerând că trebuia s-o mulțumească, s-o compătimească și să-i spună cât de grea era viața ei. Indiferent cât de dificilă fusese ziua lui, toate se amplificau din cauza nemulțumirii furioase a soției.

Abia atunci când o rudă de sex feminin a venit la Kelly să-i ceară un sfat în legătură cu căsnicia ei, și-a dat seama că, de fapt, ea nu punea deloc în practică ceea ce susținea prin vorbe. Și-a dat seama că își folosea soțul pe post de țap ispășitor pentru frământările ei emoționale.

„Sunt pe cale să rezolv această problemă. Am început prin a-mi da seama ce norocoasă sunt că am posibilitatea să stau acasă și să-mi cresc băieții. Nu mi-aș fi permis acest lux dacă soțul meu nu ar fi muncit din greu pentru asta. Încă mă mai bucur că îl pot face fericit, pentru că și el mă face fericită. Îi ofer eu, îmi oferă și el. Îi ofer eu mai mult, îmi oferă și el mai mult. Mi-am dat seama că aici nu e vorba de a primi, ci de a oferi."

Există două lucruri importante în scrisoarea lui Kelly: aprecierea pentru ceea ce are și înțelegerea faptului că, dacă oferi, primești și tu ceva în schimb. Trebuie accentuat faptul că lucrul cel mai important pe care o soție poate să-l ofere soțului ei este propria ei persoană; prin urmare, „sinele" trebuie protejat și apoi dăruit. Este minunat dacă o soție face curățenie, își scoate copiii la plimbare sau pledează la tribunal, dar asta nu înseamnă că se oferă pe sine soțului ei. Dacă îndeplinirea obligațiilor și a responsabilităților de a avea grijă de casă și de familie reprezintă o parte esențială a actului dăruirii într-o căsnicie, poți angaja alți oameni să facă acest lucru.

Esența dăruirii este intimă, sensibilă, vulnerabilă și personală. Din moment ce fidelitatea este o parte esențială a încrederii și a angajamentului, nimeni nu poate sau nu ar trebui angajat pentru a se ocupa de aspectele tandre, iubitoare, senzuale și sexuale ale căsniciei!

A fi romantică e ca o stradă cu circulația în ambele sensuri, dar îmi storc creierii încercând să găsesc un film, o carte, o piesă de teatru sau o conversație la radio în care să fi auzit că un bărbat o descrie pe soția lui ca fiind romantică. Nu-mi vine nimic în minte. Să fie așa pentru că bărbaților nu le trebuie romantism? Nu, nu cred. Să fie așa pentru că bărbații definesc altfel romantismul? Probabil. Să fie așa pentru că bărbații nu prea au parte de romantism? Cu siguranță.

Dar haideți să ne ocupăm, mai întâi, de conceptul de romantism din mintea bărbaților atunci când se referă la acțiunile lor sau ale soțiilor. Când bărbații se gândesc la romantism, le vin în minte diverse lucruri care le-ar plăcea femeilor: cuvinte dulci, flori, parfumuri, o cină în oraș, daruri. Când bărbații se gândesc la o femeie romantică, ei au în vedere mai mult o înfățișare feminină, faptul de a fi doriți și înțeleși. Femeile trebuie să-i facă să se simtă bărbați adevărați, niște adevărați eroi.

Pentru asta, o soție nu trebuie să se gândească numai la ea, ci și la el, trebuie să se scuture de povara sentimentelor amare, a dezamăgirilor și a reacțiilor exagerate. Dacă această sarcină este una extrem de dificilă, recompensa merită efortul.

Nu vreau să sugerez că bărbații sunt total superficiali, cerându-le soțiilor să arate ca în pozele din *Playboy*, iar dacă acesta este un clișeu destul de răspândit, cercetarea mea arată contrariul. Bărbații nu doresc de la soțiile lor „perfecțiunea, desăvârșirea"; efortul pe care-l depun soțiile pentru a le face plăcere bărbaților are un impact mult mai mare. Nu este vorba de un concept superficial. Înseamnă că bărbații apreciază faptul că soțiilor le pasă de „natura lor masculină", care răspunde în mod spectaculos la stimuli vizuali.

Un soț îmi scria:

> *„Aproape niciun bărbat cu care am vorbit nu este impresionat de niște sâni mari (deși femeile sunt). Ei nu consideră că modelele îngrozitor de slabe pozate în revistele pentru femei sunt atractive. Iar lor le plac femeile normale, cu forme naturale, de genul Jennifer Lopez sau Marilyn Monroe. Le plac femeile care sunt atrăgătoare în mod natural, cele pe care alte femei le-ar considera banale. În general, bărbaților nu le place prea mult machiaj. Mulți sunt preocupați însă de faptul că soțiile lor se neglijează, îngrășându-se.*
>
> *De fapt, bărbații consideră atractive trupurile soțiilor lor, chiar dacă ele au mai luat câteva kilograme în plus. Soții simt o nevoie puternică de a se bucura de trupurile soțiilor în mod «vizual», pentru bunăstarea lor emoțională. Și atât femeile, cât și bărbații au responsabilitatea de a-și supraveghea înfățișarea, lucru perfect justificat."*

Cinstit vorbind, bărbaților le place să privească trupurile goale ale soțiilor lor, să urmărească actul simplu al dezbrăcării sau să le vadă îmbrăcate în ceva sexi. Bărbații au nevoie de excitare vizuală și trebuie să primească acest lucru de la soțiile lor, nu din magazinele pentru adulți sau de pe internet. Bărbații care mi-au scris pe această temă erau de acord că nu aveau în minte o clasificare a trupurilor perfecte ale femeilor. Cei mai mulți își manifestau dorința ca soțiile lor să se îmbrace (și să se dezbrace) și să se poarte cu o oarecare cochetărie. Senti-

mentul de bine este profund legat de excitarea vizuală și de atitudinea seducătoare a soțiilor.

Ralph, un ascultător, își exprima frustrarea legată de soția lui, care nu avea de loc grijă de acest aspect:

„Lucrul cel mai important pe care nu-l face soția mea este să aibă grijă de ea. După ce am curtat-o și a zis «da», atenția i s-a îndreptat spre alte lucruri. La emisiunea ta, atunci când vorbești cu o ascultătoare care e mai puțin interesată acum de relația ei cu soțul, o sfătuiești să se gândească la ceea ce a atras-o la început la partenerul ei. Pentru bărbați, asta înseamnă să fii romantic, să-i aduci flori, să o duci într-un loc interesant etc. Pentru femei, înseamnă să se aranjeze, să se îmbrace frumos și să fie tandră.

Bărbații au o dorință naturală, profundă de a fi alături de o femeie căreia îi pasă foarte mult cum arată în ochii partenerului ei."

Când am citit scrisorile primite de la bărbați, am fost șocată de sensibilitatea profundă legată de problema înfățișării femeilor. Nu era vorba de o reacție impersonală, animalică (așa cum se întâmplă cu femeile pe care bărbații nu le cunosc personal), ci de una profund personală. Faptul că femeia își apreciază trupul și feminitatea și are dorința de a împărtăși acest lucru cu soțul ei îi alimentează acestuia sentimentul de bunăstare, sentimentul că e iubit ca soț și prețuit ca „bărbat".

Shahina, o ascultătoare, mi-a scris despre divorțul prin care a trecut după zece ani de căsnicie. Soțul ei a părăsit-o, plângându-se că petreceau foarte puțin timp împreună (pentru că ea era mult prea ocupată cu „părinții" ei) și că nu o mai considera atrăgătoare. Se pare că ea se îngrășase pentru că mânca prea mult și făcea prea puțină mișcare. Pot să pariez că, la citirea acestei scrisori, femeile sunt cuprinse de mânie și îl consideră pe soț superficial. Sincer vorbind, această reacție ostilă demonstrează ea însăși o superficialitate egoistă. Impactul îmbătrânirii naturale asupra trupurilor noastre, sau boala, sarcina etc. reprezintă o realitate. Incapacitatea de a accepta aceste realități trădează imaturitatea. În același timp, lipsa dorinței de a accepta responsabilitatea întreținerii bunăstării fizice sau emoționale ar trebui să fie primită cu consternare de către o soție, pentru că reprezintă un atac la valorile conjugale. Disprețuirea sentimentelor și a nevoilor unui soț este o insultă egoistă.

Scrisoarea Shahinei continua:

„Voiam să-i spun că voi ține regim și că voi face exerciții pentru a slăbi și a deveni mai atractivă. Mă gândeam că aș fi putut face aceste lucruri pentru el. Dar știam în adâncul sufletului meu că nu voiam să fac asta pentru că doream să mă iubească și să mă accepte așa cum eram."

Nu e ceva neobișnuit pentru mine să aud că femeile își exprimă ostilitatea pentru faptul că soții lor le vor mai îngrijite, mai bine îmbrăcate sau într-o dispoziție mai bună. Li se pare că soții lor sunt egoiști, obsedați de sex, superficiali, niște barbari insensibili — lucru total greșit. Afirmația: „Dacă m-ar iubi, n-ar mai face atât caz de lucrurile astea" este pur și simplu iresponsabilă și distructivă. Așa cum am spus în capitolul legat de comunicare, schimbul verbal reprezintă unul dintre mijloacele de comunicare. Bărbații simt nevoia emoțională de a le vedea pe soțiile lor dorindu-i, iar modul în

care soțiile se îngrijesc și se prezintă în fața lor exprimă acea iubire.

Extensia naturală a acestor atitudini și comportamente pozitive o constituie intimitatea sexuală. Phil, un ascultător, ne introduce în acest domeniu:

„Dumnezeu i-a făcut pe bărbați așa cum sunt; ei au hormoni și nevoi imperioase. Cred că prea multor femei li se pare că bărbații sunt obsedați de sex, dar în acest domeniu ei nu se comportă la voia întâmplării. Pentru bărbați, nu e nevoie de o extraordinară parteneră de sex pentru a fi fericiți. A face dragoste cu soția, chiar și mai rar, îl menține pe bărbat sănătos și în sânul familiei. Atunci când sexul lipsește, nevoia devine o obsesie pentru bărbați și îi forțează să-și îndrepte gândurile în altă parte.

Cred că majoritatea bărbaților nu sunt făcuți să mănânce un burger la fast-food, ei vor o friptură acasă, dar, când sunt flămânzi, găsesc o cale de a-și potoli foamea. Cred că majoritatea bărbaților nu doresc să-și părăsească soțiile, ci sunt alungați de lipsa iubirii fizice, a compasiunii și a înțelegerii în domeniul sexualității."

Sexualitatea masculină este un alt subiect care pare să declanșeze ostilitatea multor femei. O mare parte a acestei ostilități este produsă de respingerea rezultată în urma conștientizării faptului că ele, femeile, nu pun niciodată nevoile bărbatului pe o poziție superioară în lista lor de priorități. Kim, o ascultătoare, și-a revenit imediat atunci când soțul ei a întrebat-o dacă un divorț ar face-o mai fericită. Era șocată! Nu putea înțelege ce voia să spună, pentru că se simțea foarte fericită cu viața, căsnicia și copiii ei. Imediat l-a bănuit că avea o amantă, dar nu era cazul. El era cel care credea că *ea* își găsea probabil satisfacția sexuală în altă parte, pentru că îl respingea din punct de vedere sexual aproape tot timpul.

I-a spus că o iubea, că dorea să fie fericită și că îi părea rău că lucrurile nu mergeau cum trebuie. Potrivit lui Kim:

„Adevărul e că găseam mereu o scuză ori de câte ori el dorea să întreținem relații intime. Spuneam: «Sunt obosită» sau «Îmi arăți afecțiune numai în dormitor», ori «Pur și simplu, n-am chef.»"

Soțul i-a mărturisit apoi că se uitase la fotografii porno pe internet. Prima reacție a lui Kim a fost de dezgust, apoi, de profundă supărare... pe urmă, de umilință, atunci când el i-a explicat cât de golit sufletește și de vinovat se simțea în acele momente, dar tot era mai bine decât să vină în pat și să fie respins din nou. I-a spus că era singura pe care o dorea, dar că ea nu-l accepta. Se simțea frustrat de intensitatea dorinței lui pentru ea și dorea să fie castrat ca un câine pentru a scăpa de suferințe.

E foarte neplăcut să fii respins, dar să fii respins atunci când te afli în cea mai vulnerabilă poziție este ceva devastator. Kim scria:

„Eram întristată și umilită de lipsa mea de altruism. Da, în fiecare zi mă dăruiesc copiilor, casei, prietenilor, până și mie însămi, dar am eșuat în a mă oferi celei mai importante persoane din viața mea: celui care îmi face viața fericită și este cel mai bun prieten al meu, soțului meu.

Adevărul e că, înainte de căsătorie, am folosit sexul pentru a obține ceea ce doream. Acum am ceea ce mi-am dorit mereu (mai mult decât merit) și sexul mi

se pare nefolositor. Am considerat că el nu-mi va face nicio surpriză neplăcută și i-am respins nevoile emoționale și fiziologice."

„I-am respins nevoile emoționale și fiziologice." Asta e o recunoaștere serioasă. De atunci, Kim și-a schimbat prioritățile. Acum, îi acordă atenție soțului ca bărbat. Îmi scrie că el arată incredibil de bine și că este un tată deosebit. De când a început să-l privească cu alți ochi, sentimentele ei de iubire s-au amplificat și a început să vadă importanța sexualității pe care a neglijat-o atât de mult. Îmi spune că programul de somn al copiilor s-a schimbat, de la nouă seara la opt dimineața toată aparatura electronică e stinsă, iar „ casa începe să se zguduie"!

Totuși, e uimitor să constați până la ce nivel societatea feminină denigrează impulsul sexual al unui bărbat, reducându-l la ipostaza unui animal aflat în rut și atât. După ce am citit e-mailurile bărbaților referitoare la îngrijirea și satisfacerea nevoilor lor, nu există niciun motiv de a accepta această poziție.

Cei mai mulți bărbați spun că dorința lor de a face sex nu reprezintă, pur și simplu, o „ușurare" (deși e o nevoie importantă, atât pentru bărbați, cât și pentru femei). Așa cum îmi scrie Chris, un ascultător:

„Nu înțeleg de ce femeile nu pricep că sexul este principala nevoie a bărbatului ce poate fi satisfăcută de soția lui. Nu e vorba numai de actul în sine și de senzația de plăcere, ci și de acceptarea pe care femeia o manifestă față de bărbatul ei. Este o comuniune care are loc în timpul actului sexual și care-l va lega emoțional pe bărbat de femeia lui.

Când nevoia nu este împlinită, bărbatul începe s-o privească pe soție ca pe o colegă de cameră care nu-și plătește partea de chirie, dar continuă să-l apostrofeze că uită să lase jos capacul de la toaletă."

Ron, un alt ascultător, se descrie ca fiind un soț romantic, sensibil și săritor, care crede că femeile trebuie să fie mai deschise în ceea ce privește sexul și să nu considere că toți bărbații sunt niște „ogari ai sexului".

„M-am săturat de femeile care-i pun la zid pe bărbați pentru că doresc și au nevoie de afecțiune. Oare nu e normal ca oamenii îndrăgostiți să se sărute, să se îmbrățișeze și să facă dragoste? Asta mie mi se pare perfect normal."

Ron spunea că sexul și afecțiunea sunt niște căi sănătoase prin care un cuplu interacționează și că ar trebui oferite în mod liber, cu plăcere, printr-o relație adevărată. El crede că dacă femeile ar considera sexul și afecțiunea la fel de importante ca alte aspecte ale mariajului, ar exista mai puține rupturi.

Jessica îmi scria dintr-o perspectivă feminină, critică, tot pe această temă:

„Vrei să speli pantalonașii murdari ai bebelușului, să cureți voma de pe scaunele mașinii sau nasul copilului... Cred că poți să dorești să faci dragoste cu soțul tău!"

Ca mamă casnică, Jessica se întâlnește cu diverse grupuri de femei unde discuția despre sex este îndreptată întotdeauna împotriva bărbaților. Îmi scria că majoritatea femeilor își consideră soții niște egoiști care „vor și ei ceva". Ea le reamintește faptul că le transmit

niște mesaje negative soților lor atunci când nu ezită să se trezească de câteva ori pe noapte pentru copilul lor, dar se poartă de parcă a-l satisface pe soț câteva minute reprezintă o sarcină inutilă.

„Cred că există un mit care spune că bărbații trebuie să ejaculeze. *L-am întrebat pe soțul meu: «Dacă stau pur și simplu întinsă și te las să-ți împlinești nevoile fizice, asta te satisface? Asta vrei?» A fost dezgustat! El vrea să interacționeze cu mine. Vrea să particip și eu. Nu este vorba doar de o descărcare fizică.*

L-am mai întrebat: «După ce facem sex, te simți ușurat din punct de vedere fizic, mai apropiat de mine, mai fericit cu familia pe care o ai, sau total golit, ori relaxat/liniștit?" Răspunsul lui a fost că se simte bine în familia și în cadrul relației noastre."

Mă întreb câte femei au curajul să-și întrebe soțul acest lucru... și să țină cont de răspunsul lui.

În plus față de plăcerea fizică evidentă, bărbații doresc sex pentru a se simți mai aproape din punct de vedere emoțional de soțiile lor. Probabil că multe soții ar trebui să spună: „Ceea ce vrea soțul meu este să se simtă mai aproape de mine", în loc de: „Ceea ce vrea soțul meu este să-i ofer sex." Astfel, e greu să-ți respingi soțul și sexualitatea lui masculină. Sexul reprezintă modul în care bărbații le comunică soțiilor emoțiile legate de ele.

Atunci când soțiile sunt ostile sau resping intimitatea sexuală și afecțiunea fizică, bărbații încep să creadă că nu mai sunt interesate de ei din cauza unui motiv personal, profund. Cât de singur și de „castrat" se va simți un bărbat care a pierdut legătura cu soția sa? Ron, un ascultător, spunea:

„Cred că celor mai multe soții care se simt protejate în căsnicie li se pare că soții lor le iubesc și că nu mai trebuie să apeleze la partea sexuală a mariajului, așa cum făceau la început. Ceea ce vor cei mai mulți bărbați este o soție care încă își mai dorește soțul și sentimentul de apropiere din cadrul experienței sexuale. Din punct de vedere masculin, dacă acest lucru nu are loc, comunicarea, dispoziția și starea de bine masculină vor avea de suferit."

Un alt ascultător, Don, îmi scria că, în calitate de bărbat, el caută intimitatea soției sale ca mod de a-și exprima iubirea, dar și ca dorință de a da la o parte micile neînțelegeri acumulate. Este foarte dureros să fii respins, iar lucrul acesta este dăunător relației, pentru că, din moment ce soțiile înlătură posibilitatea de a experimenta profunzimea apropierii, fizice și emoționale, bărbații simt că pierd orice sentiment pozitiv, orice interes față de soțiile lor. Și totuși, soțiile se așteaptă ca bărbații să nu ia în seamă această respingere a nevoilor, continuând să facă totul pentru ele...

Scrisoarea lui Mike a fost una dintre cele mai impresionante pe care le-am primit. Începea așa:

„Până acum, i-ai susținut deschis pe soți. Este un lucru total opus față de zeflemisirea permanentă a bărbaților pe care trebuie să o suport mereu. Din acest motiv, o să-mi împărtășesc gândurile legate de această problemă."

Mike s-a descris ca având patruzeci și trei de ani și trei copii, toți majori. E la a doua căsătorie, soția lui având și ea doi copii mari. Mai departe, vorbește despre grija și satisfacția de care are nevoie pentru „a se simți bărbat". Mike își cunoaște rolul de întreținător și

protector al familiei și dorește să muncească din greu, dacă e nevoie, pentru a și-l juca. Spune că aprecierea de care are nevoie este dată de sărutul oferit de soția sa la plecare, de atingerea sau de îmbrățișarea ei.

„Când sunt conștient de faptul că soția mea se simte sigură în brațele mele, știu că îmi fac bine treaba. A fi dorit este continuarea acestei apropieri."

Din păcate, el spune că această afecțiune și intimitate fizică au dispărut și nu știe de ce. Are diverse tentative, dar primește ca răspuns numai răceală și respingere.

„Când mă simt cel mai tare respins, mă întreb: «De ce sunt aici?» și «Cui îi pasă de mine?» Cred că încă îmi îndeplinesc rolul de protector și de întreținător, dar nu primesc nimic în schimb.

Când trec luni de zile fără sex sau afecțiune, mesajul pe care îl primesc este că nu sunt dorit și că nu valorez nimic. Dacă aș fi apreciat, aș fi «iubit». Îngrijirea și satisfacerea nevoilor mele sunt lucrurile de care am nevoie pentru a mă simți sănătos și fericit."

Primesc multe scrisori asemănătoare celei a lui Mike și mă doare sufletul când citesc despre suferința profundă a bărbaților datorată atitudinii soțiilor, care îi resping din punct de vedere sexual. Nu este vorba de o frustrare fizică, ci de o rană emoțională.

Un ascultător mi-a scris că atunci când soțiile desconsideră și neglijează constant sexualitatea bărbaților, aceștia devin reprimați din punct de vedere sexual și apoi femeile nu înțeleg ce vor de la ele. El crede că aceste femei constituie „echivalentul moral al infidelității". Această ultimă afirmație merită puțină atenție. În mod normal, atunci când ne gândim la infidelitate, avem în vedere un soț care o relație emoțională și/sau sexuală în afara căsniciei, cu o „iubită reală" sau una „artificială", pe internet. Este o încălcare flagrantă a jurămintelor matrimoniale și a uneia dintre cele Zece Porunci. Totuși, nu-i așa că jurămintele matrimoniale includ și implică niște noțiuni ca *a iubi, a onora, a proteja, a avea grijă*, și așa mai departe? Deci, atunci când cineva încalcă aceste jurăminte prin neglijare, asta nu e tot o formă de infidelitate? Poate ar trebui să privim actul privării intenționate a unui soț de nevoile lui legitime ca fiind o formă de infidelitate, pentru că el rezultă din a nu respecta jurămintele asumate.

Sexul este un motiv serios de nemulțumire pentru multe femei. Îmi amintesc mai ales de o ascultătoare care se plângea că soțul ei nu înțelegea cât de obosită, împovărată și epuizată era ea. El tot mai dorea să facă sex. Am întrebat-o ce era rău în asta, din moment ce mulți oameni se așteaptă, în căsnicie, la monogamie, nu la celibat. Asta a părut s-o surprindă... dar numai pentru o clipă.

M-a atacat cu provocarea: „Ar trebui să fac sex, dacă nu vreau, numai pentru că vrea el?" Am tras adânc aer în piept și i-am răspuns: „De cele mai multe ori, da." Era îngrozită și a considerat răspunsul meu un îndemn la anumite forme de sclavie. I-am amintit că se așteaptă din partea lui să meargă la lucru și să câștige bani pentru a-și întreține familia, chiar și în zilele în care nu are chef s-o facă. Am adăugat că e de așteptat ca el să viziteze rudele ei fie că îi place de ele, fie că nu, fie că e bine, fie că nu. I-am mai spus că ea se așteaptă ca el să se supună deciziilor ei legate de viața socială, în ciuda preferințelor lui. „Asta se numește, i-am adus eu aminte, o obligație plină de iubire". Până mi-a răspuns, a durat ceva timp.

Apoi am întrebat-o de vremea când „nu prea avea chef", dar o făcea totuși.

DR. LAURA: N-ai fost la un moment dat interesată să faci dragoste?

ASCULTĂTOAREA (râzând): Ba da.

DR. LAURA: Ei bine, uneori pompa are nevoie de puțin combustibil... Și nu te-ai simțit bine după ce ai avut orgasm?

ASCULTĂTOAREA (râzând din nou): Ba da.

DR. LAURA: Atunci, de ce naiba vrei să alungi asta din viața ta? Ignoră pentru o clipă faptul că ți-ai sufocat soțul. Gândește-te la ce pierzi! Nu te priva de un lucru plăcut!

Multe femei par să fie preocupate de orice altceva decât de intimitatea cu soții lor și de compasiunea față de aceștia. Desigur, sexul regulat nu este în sine un panaceu pentru căsniciile care scârțâie sau pentru soții nemulțumiți. Dar, dacă femeile manifestă mai multă înțelegere față de nevoile fizice ale soților, ei vor fi mai fericiți și se vor confrunta mai bine cu provocările plictisitoare ale vieții.

Când femeile mă sună pentru a se plânge că s-au îndepărtat de soții lor pentru că aceștia par să manifeste o nevoie insațiabilă pentru sex și sunt afectuoși atunci când doresc asta, le reamintesc că unul dintre ascultătorii mei, Clint, îmi scria:

„Ea spune că nu vreau s-o strâng în brațe în afară de momentele când facem sex, pentru că mă excit dacă o ating. Eu zic că dacă cineva e flămând și-i pui în față o farfurie, nu poți să ai pretenția să ia doar câte puțin din ea. Dă-i de mâncare pe săturate și atunci va gusta câte puțin."

Pe baza acestui concept, le-am spus femeilor că modalitatea de a tăia apetitul aparent insațiabil al soților pentru sex este de a prelua controlul, inițiind ele jocuri sexuale la intervale de timp rezonabile. Când aceste femei mi-au telefonat din nou, toate mi-au descris aceleași rezultate: 1) au parte de mai multă distracție; 2) se simt mai apropiate de soții lor decât oricând; 3) soții lor nu mai strâmbă deloc din nas cu privire la sex.

Minunat.

Douglas spunea și el:

„Dacă nu ești cu adevărat interesată de sex la un anumit interval de timp, însă soțul tău este, spune ceva care să aibă efect, de pildă: «Hai, voinicule. Arată-mi ce poți. Hai s-o facem pentru tine.» Apoi cere-i să sară peste preludiu și să-și facă treaba. Fii extrem de entuziastă și de activă. Va avea repede orgasm și va crede că ești uimitoare. Poate că îți vei da seama că și tu ești mai interesată decât crezi să ai orgasm!"

Dar nu uitați, faceți totul cu entuziasm. Așa cum scria Scott:

„Mai rău decât respingerea este desfacerea indiferentă a picioarelor pentru ca noi să ne facem treaba și să ne ducem la culcare. Cum ar putea să simtă un bărbat că își satisface soția printr-o asemenea atitudine? Cea mai mare plăcere pe care o poate obține un bărbat prin sex este de a ști că își satisface soția."

Ar trebui să fie evident că atunci când iubești pe cineva dorești să-i faci plăcere, să-l faci să se simtă iubit

și să contribui la fericirea lui. O ascultătoare, Michele, a avut o atitudine destul de dură, spunând că, deși nu avea întotdeauna chef, era pregătită de fiecare dată când el dorea acest lucru.

„Poate că sună stupid, doamnelor, dar vreau să mă asigur că el obține ceea ce-și dorește. E minunat și îl iubesc foarte mult, așa că nu vreau să-l dezamăgesc. Așa îmi satisfac și îmi respect eu soțul: comunicare, înțelegere, sprijin, prăjituri cu ciocolată și SEX EXTRAORDINAR!"

Vi se pare că Michele e oprimată și amărâtă? Sunt convinsă că, în mare parte, opresiunea pe care o resimt femeile li se datorează lor, adică atitudinilor și alegerilor greșite.

Lounelle, o altă ascultătoare, completează atitudinea pozitivă a lui Michele:

„Simțeam că sexul era ultimul lucru la care mă gândeam, dar niciodată nu m-am înșelat asupra faptului că, dacă mă implic și mă bucur de atenția pe care mi-o arată soțul meu, dispoziția mi se schimbă, și nu numai pentru moment."

Barbara mi-a scris după ce a ascultat apelul unei femei în cadrul emisiunii mele radiofonice. Aceasta nu voia să-i ofere sex bărbatului ei pentru că nu primea din partea lui afecțiunea de care avea nevoie pentru a se simți bine. Barbara a fost șocată, recunoscându-se pe sine în acel apel! Începuse să respingă sexul pe care soțul său părea să-l vrea mereu și, din cauza acțiunilor ei, acesta nu mai era afectuos și nu mai făcea lucrurile pe care le voia ea, fapt ce i-a sporit resentimentul... și așa la nesfârșit! Barbara s-a descris ca fiind destul de rece și de distantă, purtându-se în așa fel de parcă sexul era o povară de care dorea să scape. Dar apoi s-a schimbat...

„Doamne, Dumnezeule, dovezile de afecțiune au început să năvălească asupra mea. Mi-am dat seama cât de incredibil era soțul meu, iar rugăciunea mea de dimineață a început să se concentreze asupra dorinței de a fi o soție mai bună și apoi o mamă mai bună. Am început să-l aștept cu nerăbdare pe soțul meu cel seducător, și el era uimit, i se părea că are o nouă soție! Mi-a arătat din nou dovezile de afecțiune de care dusesem lipsă de la începutul căsniciei, pentru că eu îi demonstrasem cât de mult îl iubeam.

Ascultătoarea ta nu trebuie să se aștepte ca soțul ei să-i arate afecțiune atunci când este atât de zgârcită cu partea intimă a vieții lor, care înseamnă atât de mult pentru el."

Conversația mea cu Anna, o femeie de douăzeci și cinci de ani, căsătorită de cinci ani și cu doi copii, unul de cinci și altul de nouă luni, mi-a oferit una dintre cele mai surprizătoare experiențe referitoare la sexul conjugal.

După ce a devenit mamă, Anna era epuizată și nu prea mai avea chef de sex. Acesta nu e un lucru neobișnuit pentru tinerele mame, dacă avem în vedere modificările hormonale, lipsa de somn și nevoile implacabile ale nou-născutului. Cu toate acestea, afecțiunea dintre părinți în această perioadă este foarte importantă din mai multe puncte de vedere: legătura lor trebuie să fie confirmată, au nevoie de sprijin și de căldură reciproce pentru a face tranziția de la „noi" la „familie" și pentru a putea beneficia amândoi de distracția și de relaxarea oferite de sex.

În cazul Annei, ea și-a respins soțul atât de des, încât s-a săturat s-o mai facă. Soluția ei? I-a spus că-i va da bani pentru a frecventa o prostituată. Acum, după patru ani, el i-a spus că, atunci când i-a respectat instrucțiunile, n-a ieșit prea bine, din moment ce se gândea la fetița lor. Un tip direct.

DR. LAURA: Și care este întrebarea ta?

ANNA: Pur și simplu, nu știu dacă ar trebui să pun capăt relației sau nu.

DR. LAURA: Vrei să părăsești un bărbat cu care ai doi copii mici pentru că ai refuzat să faci sex cu el și i-ai spus să apeleze la o prostituată? El încearcă să facă ce i-ai spus tu, dar nu prea reușește, și-ți spune acest lucru, iar după patru ani, tu vrei să-l părăsești? Cinstit vorbind, dintre voi doi el iese cel mai bine.

ANNA: Ar fi trebuit să mă înțeleagă.

DR. LAURA: Anna, una dintre greșelile pe care le comit femeile este să creadă că, pentru că se căsătorește, bărbatul este obligat să stea lângă tine, supus și docil, indiferent cum te porți cu el. Desigur, este greu să fii mamă. Dar nu este greu și pentru el să fie tată? Când îi spui unui bărbat că-l respingi din punct de vedere intim, nu te mai deranjezi să-l îmbrățișezi, să-l săruți sau să faci sex cu el, indiferent de motiv, și asta la nesfârșit, apoi îi spui să se ducă să plătească pe altcineva pentru sex și să te lase în pace, dar încă mai aștepți să vină acasă și să te iubească, să te susțină și să te înțeleagă, atunci cu siguranță că nu ești în toate mințile.

Acest apel a avut un final fericit. I-am reamintit că ea l-a rănit mai întâi și că, pentru că o iubea, el nu a presat-o. A fost de acord. I-am mai reamintit că el ar fi vrut să aibă o viață lungă și minunată alături de ea și că trebuia să-i întoarcă favoarea nemaiaducând niciodată în discuție acest incident.

ANNA: Ai dreptate.

DR. LAURA: Deci, atunci când vine acasă, el așteaptă să-l săruți, să-i pregătești o masă bună și, știi tu, să-i trimiți pe copii mai devreme la culcare.

ANNA: Îți mulțumesc mult, doamnă doctor Laura!

Femeile, așa cum a spus Anna, se așteaptă ca bărbații să fie înțelegători dacă ele nu au chef de sex. Dar trebuie să-i înțeleagă și ele pe ei și să nu-i critice dacă le doresc. Ar trebui să le mai intre bine în cap că soții lor nu vor pur și simplu „ceva", ei doresc apropierea și acceptarea!

A „accepta" avansul sexual și plin de afecțiune al unui soț nu este singura modalitate prin care soția îi poate arăta că e deschisă și că ține la el. Cum ar fi să devii agresor? Jeffrey, un ascultător, îmi scrie în numele tuturor soților:

„TE ROG să fii un agresor sexual măcar jumătate din timp. Dacă îl alergi destul prin casă/ prin dormitor/ în jurul patului, va fi prea obosit și satisfăcut pentru a mai oferi ceva și altei femei, așa, în trecere... ei bine, un bărbat bun nu o va face.

Știi ce înseamnă pentru un bărbat să-și audă soția spunând cu voce tare: «Te rog, vrei să faci dragoste cu mine?» sau «Te rog, vrei să mă...» (completează tu cu o altă invitație sexuală)? Nu sta prea mult timp în fața oglinzii, dorindu-ți să fii ceea ce nu ești. Nici soțul tău nu este actor de cinema, dar te iubește oricum.

«Personalitatea ta sexuală» determină foarte mult modul în care te vede soțul tău. Cea mai frumoasă femeie din lume care spune «nu» mereu oricăror sugestii sau avansuri sexuale devine foarte repede urâtă în ochii lui. O femeie aparent «anostă», dar care este un partener mult mai interesat de iubire, cu multă imaginație în dormitor, în sufragerie, la duș, pe bancheta din spate a mașinii, în pădure etc. (ați prins ideea) devine una dintre cele mai frumoase femei din lume.

Vă rugăm, VĂ RUGĂM, dacă nu facem ceva potrivit din punct de vedere sexual — VĂ RUGĂM să ne spuneți. Hai, ziceți, șoptiți-ne vorbe deșucheate și pline de iubire, vom accepta provocarea. Și spuneți-ne «Te iubesc». Ce? Credeți că numai femeilor le place să audă asta?"

Multe femei mi-au vorbit despre reținerea lor de „a cere ceva" sau „de a cere ca un anumit lucru să fie făcut puțin altfel". Este de înțeles, nimeni nu vrea să pară stupid sau să riște o respingere. Dar nu uitați, aceeași problemă emoțională o are și soțul vostru! *El* trebuie să comunice într-un fel sau altul și riscă în fața răspunsului *tău*.

Și nu te îngrijora dacă arăți prea „îndrăzneață" în fața soțului tău. Niciunul dintre sutele de faxuri și e-mailuri primite de la bărbați nu descrie situații în care, dacă soția „a început", el să fie dezamăgit sau îngrozit. Răspunsul general a fost o mare dorință și plăcere.

Pe lângă toate lucrurile bune care apar odată cu faptul că soția este mai deschisă, interesată, agreabilă, seducătoare (adică împărtășește mai multă responsabilitate pentru iubirea conjugală), aceasta contribuie la o consolidare a personalității masculine și apoi la satisfacerea sexuală a soțului. E vorba din nou de problema „eroului". Așa cum mi-a scris o femeie:

„Când Viagra a ieșit pe piață și toți vorbeau de ea, un prieten l-a întrebat pe soțul meu dacă o folosește. Eu i-am răspuns imediat: «Glumești? Crezi că e nevoie de pastile pentru a-i pune sângele în mișcare și a-l ajuta să-și facă treaba!» Soțul meu radia de plăcere și a văzut că îl consideram ca acum douăzeci de ani, când am început s-o facem!"

Și-a terminat scrisoarea cu ceva foarte impresionant și interesant. Vorbea despre un verset din Biblie:

„«Credința apare când auzi.» Dacă spunem lucruri reprobabile unul despre celălalt, începem să le credem, și așa escaladăm situația, până când «credința» în căsnicia noastră dispare."

Soțul o trezește în fiecare dimineață, numind-o femeia din *Pilde*, 31. În fiecare zi, ea încearcă să pună în practică acest lucru. Asta înseamnă că și ea lucrează la imaginea lui, pentru ca și el să fie ridicat pe piedestalul pe care a pus-o el. Cât de frumos e sentimentul acesta!

Helen, o altă ascultătoare, are două reguli atunci când e vorba de sex în căsnicia ei. Prima, nu-l refuză niciodată pe soțul ei. Îl descrie ca fiind foarte pasional, uneori dorind să facă dragoste de câteva ori pe săptămână.

„Doar dacă am suferit o operație serioasă sau sunt foarte supărată pe el, abia atunci îl refuz. Am peste patruzeci de ani și, cinstit vorbind, am descoperit că mi-a mai scăzut cheful. Doamna doctor Laura a spus în emisiunea ei că, chiar dacă nu ai chef, dacă începi treaba, devine amuzant. Are dreptate! Nu vreau să ezite să se mai apropie de mine, nici să se uite în altă

parte. Știe că soția, care stă în pat alături de el, este mereu caldă și dispusă."

Cea de-a doua regulă a lui Helen legată de sexul conjugal are de-a face cu „experimentarea". Evident, soțul ei este foarte inventiv. Când încearcă ceva nou, nu lasă ca prima ei reacție să fie una de furie sau dezgust, fără a lua în considerare posibilitatea să-i placă. Ea spune că are o limită în ceea ce privește durerea sau alte persoane, dar crede că partea creatoare a actului lor sexual reprezintă posibilitatea de a se explora reciproc.

Dar să ne întoarcem la problema dorinței diminuate. Nu este vorba de o chestiune de înaintare în vârstă, și toate femeile care spun asta mint. Întrebați-le despre fanteziile toride în legătură cu un actor sau un vecin superb. Este adevărat că dacă viața intră din ce în ce mai mult în rutină și este banală, excitarea e înlocuită adesea cu o anumită letargie dureroasă. Dintr-un punct de vedere, este bine, pentru că totul devine mai comod. Dar, din alt punct de vedere, nu e bine, pentru că face viața previzibil de plictisitoare. Deci, trebuie să treceți la acțiune și să faceți ceva.

Lisa, o ascultătoare, se afla cu siguranță într-un punct „plictisitor, obositor, neinteresant". Când se urca în pat seara, dorea numai să doarmă, dar soțul ei o tot „necăjea" în legătură cu sexul. Apoi, într-o după-amiază ploioasă, l-a sunat l-a serviciu și i-a sugerat să vină mai devreme acasă și să se bage amândoi în pat. Chiar dacă el n-a putut veni mai repede, pentru că avea programată o întâlnire importantă pe care nu o putea amâna, i-a spus mai târziu că se gândise tot timpul la ea în ziua aceea și abia așteptase să ajungă acasă. Câte soții aud asta după paisprezece ani de căsnicie?

Trebuie că te simți minunat să ai un soț care încă te dorește, care te găsește atractivă în pofida varicelor, a vergeturilor și a urmelor de la operația de cezariană. Femeile spun adesea că sunt deprimate de viața lor, dar dacă ar începe interacțiunea sexuală cu soții și ar fi invadate de răspunsul lor emoțional și fizic, cred că asta ar avea un efect mai bun decât orice pastilă de Valium.

Sexul, ca orice alt aspect al unei relații conjugale, are nevoie de respect și satisfacere. Deci, niciun fel de televizor în dormitorul care trebuie să fie un sanctuar minunat. Dormitorul este fundamentul căsniciei și al familiei. Nu-i subestimați importanța și puterea de a genera energia cu care se alimentează fiecare membru al familiei.

UN BĂRBAT TREBUIE SĂ FIE RESPECTAT ÎN CASA LUI

„Sfatul tatălui meu, atunci când m-am căsătorit, a fost: «Te măriți cu un bărbat. Tratează-l mereu ca atare și se va purta întotdeauna ca un bărbat.»"

— TAMMY

„Este ușor pentru o femeie să iubească: așa a făcut-o Dumnezeu. Este mai dificil pentru ea să manifeste respect."

— WENDI

„Cred că bărbații au nevoie de respect și, cu cât li se arată mai mult, cu atât oferă mai multă iubire."

— JANETTA

Cu o zi înainte de a începe acest capitol, am primit un telefon, în timpul emisiunii, de la un cuplu. Soțul a început conversația povestindu-mi unul dintre ultimele incidente tipice petrecute cu soacra. Cinstit vorbind, comportamentul soției și perspectiva ei m-au lăsat mască!

Se pare că soțul, soția și copiii s-au dus la cină acasă la bunica. După aceea, au plecat acasă în mașini separate. Dintr-un anumit motiv, mașina cu bunica și unii dintre copii s-a oprit în parcarea unui supermarket. Băiatul de doisprezece ani, care era răcit și trebuia să-și curețe gâtul, a scuipat pe jos în parcare. Evident, bunica a sărit în sus și a țipat la el că „nu era mai bun ca unul din ghetou".

Când au ajuns cu toții acasă, una dintre fete s-a întors spre bunica și i-a spus că n-a fost frumos din partea ei să-i jignească fratele. Băiatul de doisprezece ani plângea.

Tatăl a intrat pe fir și a început să-i pună întrebări bunicii despre comportamentul băiatului, dar aceasta a devenit imediat ostilă și până la urmă i-a făcut un semn obscen. În acest moment, după spusele tatălui, el i-a spus soacrei că nu-i permite să-l jignească în propria casă!

Am întrebat-o pe soție dacă este de acord cu prezentarea faptelor. În timp ce ea își manifesta acordul, spunând că el descrisese foarte detaliat evenimentele, se vedea că, în mod surprinzător, îi ținea partea mamei ei. De exemplu, l-a criticat pe fiul ei pentru că scuipase în parcare, unde „alți oameni trebuie să calce". A mai spus, de asemenea, că soțul ei ridicase vocea. În mod clar, era mai motivată să justifice comportarea (proastă) a mamei ei.

Am fost surprinsă, sincer vorbind, să aud că o mamă nu sare în apărarea fiului ei; din păcate, sunt mai obișnuită ca soțiile să nu sară în apărarea soților, mai ales atunci când sunt implicate mamele lor. Când i-am reproșat comportamentul ei față de fiu („se îneca cu expectorațiile; un pahar de apă sau un șervețel de hârtie ar fi putut rezolva problema, fără a-l face pe copil să se simtă prost"), reacția ei a fost de a elimina această sugestie și de a relua poziția mamei ei, și anume aceea că băiatul fusese „rău".

Am fost și mai uimită atunci când a trecut la soțul ei. În cea mai oribilă, respingătoare și sarcastică manieră, l-a imitat, spunând: „Un bărbat nu trebuie să fie jignit în casa lui!" A insistat mai ales pe „bărbat" și „casa lui", manifestând un dispreț vădit față de el.

Am spus încet: „Tu *nu crezi* că un bărbat trebuie respectat în casa lui?" A reluat, la fel de pornită: „Cred că oricine trebuie să fie respectat oriunde." Am repetat: „Tu *nu crezi* că *un bărbat* trebuie să fie respectat în casa lui?" Nu a mai răspuns.

Am încercat s-o fac să înțeleagă, dar ea nu vedea nimic greșit în maniera sau în atitudinea ei. După ce a închis, am spus cu voce tare că îmi părea rău de acest bărbat și de copiii lui.

O altă ascultătoare „pricepuse" toate astea cu o zi înainte. Ea și soțul ei aveau deja o pisică atunci când ea s-a hotărât să mai ia una. El a protestat vehement la ideea de a mai avea încă un animal în casă. Femeia m-a sunat să găsim împreună o cale de a-l convinge să fie de acord cu dorința ei.

DR. LAURA: Cum? Nu are dreptul la această poziție?

ASCULTĂTOAREA: Ba da, sigur că are. Numai că nu văd niciun motiv serios pentru care nu putem avea încă o pisică.

DR. LAURA: Un motiv serios este că nu vrea să stea în casă cu mai multe animale. De ce nu-ți e suficient?

ASCULTĂTOAREA: Nu-l pot face să-mi precizeze motivele? Nu trebuie oare să-și justifice poziția? Pur și simplu, vreau să știu de ce.

DR. LAURA: Nu, nu poți. Nu ești deloc interesată *să-i înțelegi* poziția. Vrei, pur și simplu, să-și prezinte argumentele pentru ca tu să le desființezi și să obții pisica. Nu vrei să „înțelegi", în ultimă instanță vrei „să manipulezi". În general, bărbații sunt cel mai ușor de doborât cu argumentele inflexibile ale soțiilor, nicidecum invers.

ASCULTĂTOAREA: Da, cred că așa e. Dar chiar vreau această pisică!

DR. LAURA: Evident, vrei pisica mai mult decât vrei să-i arăți respect și iubire soțului tău.

ASCULTĂTOAREA: Nu, nu e așa.

DR. LAURA: Ba da, așa e, și tu știi lucrul ăsta. Nu te mulțumești cu un animal, mai vrei unul, în pofida dorinței lui. Te comporți de parcă asta ar fi numai casa ta, nu „a voastră". Te comporți ca și cum ceea ce vrei *tu* este important, iar ceea ce vrea el este numai un impediment pentru tine. Îi spui că, de fapt, casa lui nu este și oaza lui de liniște.

ASCULTĂTOAREA: O, Doamne, eu nu văd deloc lucrurile așa. Dar cred ca așa le vede el.

DR. LAURA: Și ce crezi că vei primi până la urmă în schimbul acestei atitudini?

ASCULTĂTOAREA: Am înțeles.

Unele persoane mai cinice ar putea spune că ascultătoarea este oprimată de capriciile soțului ei, dar aceste persoane nu vor fi niciodată fericite în căsnicie alături de cineva care este fericit că s-a însurat cu ele. Este nevoie de a oferi și de a primi, de o cooperare de bună voie între soți, care constă în faptul că sentimentele și convingerile partenerului sunt foarte importante. Asta, desigur, înseamnă mai mult decât a lua un alt animal sau a-ți atinge scopul pe seama desconsiderării partenerului.

Dacă aceste capricii sau preferințe nu ar trebui să reprezinte un subiect important, în schimb, corectitudinea și iubirea sunt. Gândiți-vă la o casă tipică: este decorată în urma opțiunilor, preferințelor și a capriciilor stăpânei casei. Agenții imobiliari spun că, de fapt, trebuie să-i vândă o casă soției, pentru că, în general, reacția ei este cea care îl motivează pe bărbat. Soții cedează în fața soțiilor pentru că le iubesc și doresc să le facă plăcere și pentru că (fetelor, fiți cinstite) altfel viața lor se transformă într-un iad. Din moment ce bărbații doresc aprobarea și acceptarea noastră, e foarte ușor să-i manipulezi într-un mod nepotrivit, insensibil, inuman și fără iubire.

O ascultătoare care a sunat în timpul emisiunii a oferit un bun exemplu de astfel de manipulare. Se pare

că soțul ei ura carnea de pui încă de pe vremea când era prietenul ei, înainte de căsătorie. Probabil că a mâncat carne alterată în tinerețe sau s-a îmbolnăvit și a presupus că această carne era de vină. Aproape toată lumea a trăit astfel de experiențe și nu mai dorește să mănânce alimentul cu pricina. Mare lucru!

Dar era mare lucru pentru ascultătoarea mea. I-a făcut friptură de pui și a spus că era de curcan, din moment ce nu avea nicio problemă cu acest aliment. M-a sunat să mă întrebe dacă ar fi trebuit să-i spună adevărul.

DR. LAURA: De ce ai făcut asta?

ASCULTĂTOAREA: Ei bine, am avut două motive. Voiam să-i demonstrez că nu avea nicio problemă cu carnea de pui. Și este prea plictisitor să prepari și pui, și curcan, când puteam să gătesc numai pui.

DR. LAURA: Nu prepari niciodată nimic separat pentru copii, prieteni sau rude?

ASCULTĂTOAREA: Ba da... dar e altceva.

DR. LAURA: De ce?

ASCULTĂTOAREA (evitând întrebarea): Ei bine, oricum, voiam să știu dacă ar trebui să-i spun că a mâncat pui și că nu i-a făcut rău!

DR. LAURA: Nu, sub nicio formă. Și cred că ar trebui să-i gătești în continuare curcan, din moment ce te-a rugat. Dacă vrei să-i dai puțin din puiul tău să vadă dacă mai e sau nu sensibil, asta ar demonstra grijă și respect din partea ta.

Dacă îi spui ce ai făcut pentru: a) a risca să se îmbolnăvească și b) pentru a-l pune într-o situație proastă, se va simți trădat, umilit și, în mod clar, desconsiderat.

Dacă povestea cu puiul vi se pare un lucru minor, să știți că nu este așa. Dacă vom însuma toate acele momente neînsemnate în care un soț a greșit sau a fost depășit de situație, sfârșim prin a avea un bărbat nefericit. Apoi am primit telefoane care spun că nu vine acasă la timp, că nu mai e romantic, nu mai ascultă, nu — ei bine, ați înțeles despre ce e vorba. Și nu mă mir, pentru că, dacă aruncați cu lături asupra cuiva, lături primiți înapoi.

Steve, un ascultător, mi-a vorbit în legătură cu modul în care ar trebui o soție să se poarte cu soțul ei. El a remarcat că nu e un subiect despre care se vorbește foarte des.

„În lumea de azi, se spune că bărbații sunt niște porci și că femeile suferă. Cu toate eforturile mele (mașina, îngrijirea gazonului, îngrijirea copiilor, lucrul cu normă întreagă), nu sunt apreciat. Niciodată nu e suficient. Este ceva obișnuit pentru o femeie să se aștepte ca soțul să facă toate lucrurile neplăcute pentru a ajuta relației lor. Nu-mi place în mod deosebit să cumpăr flori sau cadouri, să fac cumpărături, să stau la taclale, să mă îmbrac frumos... dar o fac, pentru că este important pentru soția mea.

Totuși, din nu știu ce motive, dacă îmi doresc și eu ceva ce nu este agreat de soție, acel lucru iese din discuție. Ea crede că, femeie fiind, nu trebuie să facă nimic din ceea ce nu-i place. Discriminare!

O altă discriminare constă în aceea că unei femei îi este permis să critice, să umilească, dacă este nemulțumită, dar, dacă procedez și eu așa, asta se numește abuz verbal. Când am întrebat-o de ce e așa, mi s-a spus că eu sunt bărbat și că bărbații sunt cei care abuzează, nu femeile!

Vă spun tuturor: bărbații pot fi maltratați la fel ca femeile. A încerca să obligi un bărbat să facă ceea ce vrei tu este un lucru neproductiv, periculos. Numai pentru

că m-am căsătorit nu înseamnă că trebuie să devin sclav. Bărbații sunt niște ființe umane."

Sentimentul de a fi o „ființă umană" și nu un „sclav" reflectă durerea generală a bărbaților care mi-au scris în legătură cu acest subiect. Cele mai multe femei cred că soții lor ar trebui să aibă simțul umorului în legătură cu cât de „dificile" pot fi ele, cu ciclurile lor hormonale, emoțiile, (hiper)sensibilitatea, toanele etc. Ei bine, unii bărbați îl au, unii nu.

Bărbații care au simțul umorului în legătură cu natura schimbătoare și misterioasă a femeilor sunt cei care primesc respectul, admirația, recunoștința și compasiunea de care au nevoie; li se dăruiește o iubire pe care o înapoiază într-un mod care are mare importanță pentru ei.

Bărbații care nu au acest simț al umorului sunt cei ale căror soții simt că a spăla rufele, a face de mâncare sau a avea grijă de copii reprezintă o compensație potrivită pentru munca soțului lor. În timp ce aceste lucruri pot fi apreciate la modul general, ele le-ar fi făcut și dacă nu ar fi fost căsătorite. Nu sunt gesturi specifice și personale, îndreptate spre „bărbatul lor". Și e clar că tocmai acele gesturi personale contează pentru un bărbat care tânjește să fie tratat „ca un bărbat" și „ca bărbatul ei".

Subtextul distructiv antimasculin al teoriilor feministe moderne este de a blama astfel de acte, deoarece reprezentanții lor cred că furnizarea hranei și respectarea unui soț este o formă de supunere de tip sclavagist față de un bărbat. De fapt, după ce Consiliul Baptist de Sud a publicat o declarație de „supunere", mass-media și-a ieșit din minți, protestând împotriva așa-numitei înapoieri și opresiuni a femeilor.

Reverendul Shane Cornutt, din Alabama, a fost unul dintre preoții implicați, care mi-a scris pentru a lămuri problema:

„În ultimele două săptămâni, am remarcat că unele dintre ascultătoarele dumneavoastră pun întrebări legate de supunerea față de soțul lor și despre modalitatea de a se descurca cu credința lor creștină atunci când se confruntă cu o problemă de moralitate.

Nicăieri în Biblie nu scrie că o femeie trebuie să se supună orbește voinței bărbatului. De fapt, primul act de supunere vine din partea soțului! *El trebuie să i se supună lui Hristos și voinței lui Dumnezeu. Când face asta, el nu se consideră stăpân, ci se vede pe sine ca servitor al Domnului. Numai după aceea soția se supune voinței soțului ei, pentru că aceasta înseamnă supunere în fața Domnului. Deci, soția nu este supusă soțului, ci lui Dumnezeu.*

Imediat ce soțul nu mai respectă toate astea și se comportă contrar Scripturii, femeia nu mai are niciun fel de obligație morală *față de el și nu încalcă nicio lege morală! Femeile nu sunt și niciodată nu au fost create ca servitori ai bărbaților în împărăția lui Dumnezeu.*

Un bărbat trebuie să-și iubească soția, așa cum și Hristos iubește Biserica. Asta înseamnă că un soț trebuie să iubească, să aibă grijă, să satisfacă, să protejeze, să-i asigure confortul și chiar să dorească să moară pentru soția sa. Asta înseamnă iubire."

Reverendul și-a încheiat scrisoarea cu o atenționare adresată bărbaților, sugerând că, dacă un bărbat este deranjat de faptul că soția nu i se supune, problema e a lui!

Indiferent dacă soția este sau nu creștină, ori credincioasă în general, chestiunea respectului este confundată adesea cu noțiunea de supunere oarbă, și asta produce o blocare serioasă a actului simplu de *a oferi*.

Decât să-și dea seama de acest lucru, pentru multe femei este mai ușor să se complacă în starea de autocompătimire. Lisa, o ascultătoare, este căsătorită și are doi copii, unul de șase ani și altul de nouă luni. Nu a fost niciodată casnică și și-a aranjat viața astfel încât să poată lucra acasă. Când ea și soțul ei nu aveau copii și amândoi lucrau cu normă întreagă, dădeau totul peste cap în casă în timpul săptămânii și puneau lucrurile la loc vineri seara, pentru a-și permite apoi puțin timp liber în weekend. Acum ea stă acasă, el lasă toată gospodăria pe umerii ei și ea e nemulțumită.

„Am ajuns atât de frustrată, încât mă trezesc că mă plâng cu voce tare toată ziua, atunci când fac ordine după deranjul din seara precedentă. Chiar nu-mi place că rolul meu de tovarăș s-a schimbat în cel de gospodină, de femeie de serviciu, de doică. Emisiunea doamnei doctor Laura mă ajută să am o viziune mai echilibrată. Chiar am nevoie uneori să mi se aducă aminte că Joel, soțul meu, muncește din greu pentru a ne întreține, având un serviciu care nu îi place, lucru destul de împovărător din punct de vedere psihic.

Eu respect faptul că își ia foarte rar un concediu medical. Știu că muncește din greu și cred că i-ar plăcea să stea și el acasă, așa cum fac eu, și să aibă grijă de copii. Acum încerc să fac în așa fel ca gândurile negative să nu mă copleșească. Încă mă mai enervez atunci când strâng paharele din sufragerie sau hainele de pe jos, dar sunt căsătorită cu un bărbat minunat, care nu mi-a făcut niciodată viața grea. În fond, nu o duc chiar așa de rău.

Mă ajută faptul că mă gândesc la motivele pentru care m-am căsătorit cu Joel. M-am măritat cu un bărbat pe care îl respect cu adevărat, știind că îmi este credincios și că mă iubește."

Primesc multe telefoane de la soții casnice care se plâng că, atunci când soții lor ajung acasă, nu se apucă imediat de tot felul de sarcini gospodărești. În general, le provoc, întrebându-le: „Tu te duci la serviciul lui, răspunzi la telefon, mergi la câteva întâlniri, îl ajuți să-și rezolve problemele?" Bineînțeles, răspunsul este: „Ei bine, nu... dar..." Problema nu e că soțul nu ar trebui să-și considere soția un valet personal sau o cameristă. Problema e că, în împărțirea sarcinilor, fiecare are responsabilitățile lui, care, însumate la sfârșitul zilei, se contopesc cu grija față de familie și de casă.

Așa cum a subliniat una dintre ascultătoare, Joanne: „Îngrijirea și satisfacerea nevoilor soților înseamnă, pe scurt, să te pui puțin în pielea lor." Povestea lui Joanne este dramatică, dar instructivă. Ea și soțul ei au doi copii: unul prezintă tulburări serioase de învățare, iar cel de-al doilea este ușor retardat mintal. Până acum aproximativ cinci ani, Joanne era singura care îngrijea copiii, pentru că soțul ei muncea foarte mult. A început să fie din ce în ce mai nemulțumită pentru că era singură acasă și pentru că trebuia să se lupte cu și pentru copiii ei, îndeplinind în același timp și sarcinile gospodărești.

„Și, desigur, îi spuneam cât de nemulțumită eram din cauza programului său încărcat, lucru care, acum, când privesc în urmă, mi se pare foarte egoist, pentru

că el era întreținătorul principal. Și, de asemenea, își păstrase și o parte din sarcinile gospodărești, cum ar fi tunsul gazonului, reparațiile din casă, văruitul etc."

Acum cinci ani, viețile lor s-au schimbat dramatic. După un accident serios la serviciu, soțul lui Joanne nu a mai putut lucra ca înainte. Situația de acasă s-a schimbat total și acum el se ocupă de cea mai mare parte a sarcinilor gospodărești, inclusiv de cele care îi reveneau și înainte. Și, cum spune Joanne:

„Nu se plânge NICIODATĂ! Are grijă ca băieții să fie îngrijiți. Chiar îi învață cum să conducă mașina. Când privesc în urmă și văd cum am reacționat în fața programului încărcat al soțului meu, mă simt vinovată. În fond, el ne întreținea pentru ca eu SĂ POT sta acasă și să-i cresc pe cei doi fii minunați AI NOȘTRI. Acum îmi dau seama. Băieții aveau atunci nevoie de mine și acum au nevoie de tatăl lor. Și datorită acestui timp petrecut cu tatăl lor, se transformă în niște tineri minunați și productivi. Din cauza problemelor de sănătate ale soțului meu, fiii noștri fac o sumedenie de treabă pe lângă casă, pentru a ne ajuta, pe el și pe mine. Au multe responsabilități și văd acum cât de important este ca o familie să rămână împreună, la bine și la rău."

Problema „rolurilor" într-o căsnicie și familie este adesea destul de sensibilă. Mamele casnice, dar și bărbații care lucrează, principalii întreținători, nu au parte, în general, de prea mult respect din partea societății. Educatoarele și activistele feministe continuă să-i înghesuie pe bărbați și pe femei în niște tipare care sunt nepotrivite din cauza calităților lor înnăscute ca indivizi, dar și din cauza înclinațiilor masculine și feminine.

Stă mai mult în firea femeii să aibă grijă de cămin și să ofere hrană. Stă mai mult în firea bărbatului să cucerească și să protejeze. Cinstit vorbind, cu cât ignorăm mai mult calitățile adevărate, masculine și feminine, cu atât îi îndepărtăm mai mult pe oameni unii de alții.

Cele mai multe femei care m-au sunat și care au inversat rolurile tradiționale din societate — adică soțul stă acasă cu copiii — sunt neliniștite de faptul că par să aibă mai puțină considerație pentru soții lor ca „bărbați". Totodată, încearcă un sentiment diminuat al propriei lor feminități, simțindu-se vinovate că nu sunt principalul educator al copiilor lor. Asta nu înseamnă că situația nu se poate schimba, dar acesta este un act delicat de echilibrare și e nevoie ca soții și soțiile să fie plini de inventivitate în a aprecia și susține nevoile masculine și feminine ale partenerilor.

Este interesant faptul că un studiu important, prezentat în aprilie 2002 la un forum al American Heart Association, a concluzionat, după ce a studiat tiparul bolilor de inimă și al mortalității în cazul unui număr de aproape patru mii de participanți, timp de zece ani, că bărbații și femeile care schimbă rolurile general acceptate de societate au mai multe probleme cardiace decât cei care le păstrează pe cele tradiționale. Conform unei informații transmise de ABC News:

„Investigatorii nu au observat ca un stres destul de puternic la un serviciu caracterizat prin obligații mari și puțină autonomie să fie asociat cu un risc crescut al bolilor de inimă. Totuși, au descoperit că femeile care au o mare autoritate, dar și obligații importante la serviciu, înregistrează o rată mai ridicată a bolilor de inimă decât alte femei, deși partenerii lor nu suferă de aceleași disfuncții. Tot așa, bărbații care s-au consacrat

în primul rând menajului — circa 10% dintre participanți — aveau o rată a mortalității mai mare cu 82% decât cei care lucrau."

Cercetătorii au luat în considerare factori precum fumatul, vârsta, anxietatea, stresul, responsabilitățile casnice, tensiunea, greutatea, nivelul colesterolului, diabetul și altele.

Dacă, în mod evident, diferențele dintre indivizi nu trebuie să limiteze sau să determine alegerile personale, cred că până la urmă bunăstarea bărbaților și a femeilor este amplificată atunci când au parte de acceptare, atenție și satisfacție.

Și, respectând îngrijirea și satisfacerea nevoilor soților, putem să ne inspirăm de la această ascultătoare:

„Deși la treizeci și unu de ani nu sunt încă măritată, am observat că tata răspunde mult mai bine la solicitările mamei mele atunci când ea are nevoie de el și îl tratează ca fiind o parte importantă a vieții ei."

Curtis, un ascultător, a adăugat:

„Nouă, bărbaților, ni s-a spus multă vreme că o femeie «trebuie» să fie ascultată. Nu ni s-a pretins să încercăm să rezolvăm problema sau să o sfătuim, ci doar s-o ascultăm și să răspundem nevoilor ei. Cele mai multe femei nu înțeleg de ce bărbații nu au învățat acest lucru până acum. Uite de ce! Ceea ce pare ea să nu priceapă este faptul că eu vreau să fiu pentru ea un cavaler în armură. Vreau să pornesc călare în căutarea ei. Îmi doresc s-o iau pe sus și s-o duc cu mine și să trăim fericiți până la adânci bătrânețe."

Cea mai interesantă parte a scrisorii lui Curtis a urmat după aceea. El vorbea despre sarcina nesfârșită de a asculta pentru a fi un soț sensibil. Totuși, atunci când ea a terminat cu nemulțumirile și s-a simțit mai bine după ce s-a descărcat, problema ei dispăruse, dar a lui tocmai apăruse.

Pentru că trebuia să fie numai un simplu ascultător (așa cum sunt prietenele sau psihiatrul?), fără să ajute la rezolvarea problemelor sau la atacarea dușmanilor ei, era liniștit. De ce? Pentru că a eșuat, în ochii săi, să mai fie un bărbat, bărbatul ei. N-are nicio valoare, e neputincios, nu poate să facă nimic pentru ca durerea să înceteze.

„M-am transformat într-un ursuleț cald, moale, bun de îmbrățișat în pat, în loc să fiu, în același pat, un cavaler în armură. Nu mă mai simt bărbat. Respectul meu de sine este egal cu zero. Vreau să fiu un bărbat care-și ține în brațe soția pe care o iubește."

Aceasta este o lecție importantă, pe care nu prea multe femei par s-o primească de la mamele lor. Amber, o ascultătoare, scria că, după șapte ani de căsnicie, ea și prietena ei s-au decis să învețe cum să fie niște soții mai bune.

„Și, spre rușinea noastră, chiar am învățat multe. Pe scurt, am învățat ceea ce ne sfătuiești tu întruna: cele patru căsnicii disfuncționale ale mamei mele și cultura noastră m-au determinat să nu-mi respect soțul și să consider că îi merit oricum iubirea. L-am criticat, cu cruzime, în particular și (rușinos) în public. Am încercat să controlez totul, mai ales banii, pentru că am crezut în mod greșit că nu putea să se descurce la fel

de bine ca mine. Nu puteam suporta ideea că mă controla el pe MINE, *așa că eu trebuia să fiu aceea care controlează."*

După ce a studiat Sfânta Scriptură, a citit și mi-a ascultat emisiunea, Amber și-a dat seama cât de distructiv era comportamentul ei față de soț. Și-a pus câteva întrebări foarte serioase, pe care orice soție ar trebui să și le pună: dacă toate lucrurile pe care le spun/gândesc/de care mă plâng în legătură cu el sunt adevărate, de ce naiba mai suntem căsătoriți? Dacă îl iubesc așa de mult, de ce mă port cu atâta lipsă de iubire și de respect? Ce l-ar putea face să continue să mă iubească dacă mă port așa?

Am folosit ultima întrebare mai târziu, în emisiune, pentru a le determina pe femei să se oprească puțin și să se gândească la natura distructivă a comportamentului lor față de soți. De exemplu, o ascultătoare de vreo douăzeci de ani m-a sunat recent să mă întrebe dacă era corect sau nu să-l facă pe soțul ei să-și radă barba. Nu avusese barbă mai înainte, atunci când s-au căsătorit, dar și-o lăsase recent. Din păcate, îi spusese că nu-i plăcea cum îi stătea cu barbă.

I-am răspuns cu tristețe în glas: „Spune-mi, ce jignire mai mare poate primi un soț din partea soției lui dacă nu are voie să decidă singur dacă poate avea sau nu păr pe față?"

Apoi am surprins-o spunându-i că este *abuziv*, că nu-l mai găsește la fel de atractiv cu barbă. E trist cât de multe abuzuri (critici, strâmbat din nas, reproșuri, țipete) poate suporta un soț din partea soției lui, fără ca ea să-și dea seama că e nedreaptă și abuzivă, chiar dacă femeile sunt hipersensibile la orice privire sau reacție aparentă (chiar neintenționată) a bărbaților față de ele. Eu zic că aici este vorba de discriminare.

Soțiile au tendința de a prelua controlul în moduri pe care, probabil, nu le consideră ca atare. Înainte de a mă culca aseară, am deschis televizorul și, schimbând canalele, m-am oprit la un serial de comedie. Nu cunosc personajele sau scenariul, nici măcar numele serialului, dar am văzut ceva ce părea a fi o discuție dintre un tată și fiul lui adult, în prezența logodnicei celui din urmă. Tatăl spunea ceva de genul: „Fiule, acum ești bărbat și poți lua orice decizie pe care o consideri corectă... până când te însori; după aceea, soția ta o să ia toate deciziile în locul tău."

În timp ce publicul râdea, mi-am dat seama imediat că acest fapt, al controlului exercitat asupra soților de către soții, este considerat a fi o certitudine, iar un serial de comedie îl folosește ca sursă de umor fără ca nimeni să-și închipuie că asta e o lovitură serioasă pentru femei.

Alexis, una dintre ascultătoarele mele, a avut de furcă cu acest concept al controlului exercitat asupra bărbatului și al transformării lui în imaginea perfectă dorită de soție.

„Îmi aduc aminte un exemplu perfect despre așteptările pe care le aveam eu. Înainte de a ne căsători, mă duceam la el acasă la cină și, pe drum, îmi tot apărea această imagine în minte: el va deschide ușa, mă va îmbrățișa, mă va săruta și casa lui va fi ireproșabilă, va avea un buchet de trandafiri pentru mine, masa va fi pusă și cina gata, iar o muzică se va auzi în surdină etc.

Am ajuns, am ciocănit de trei ori și până la urmă mi-a deschis ușa. Stătuse până atunci pe canapea și se uitase la sport, farfuriile erau în chiuvetă, nici urmă de

mâncare, de flori, de muzică, iar el îmi spunea zâmbind «Bună, iubito» la fel ca altă dată... și m-am înfuriat.

Mi-am dat seama că îmi imaginasem ceea ce nu era adevărat. Este un om normal, deloc romantic. Dar este moral, iubitor și are o credință religioasă foarte puternică. Se luptă pentru ceea ce e drept. Este amuzant și inteligent și mă iubește pentru ceea ce sunt, așa că de ce nu ar trebui să-l iubesc și eu pentru ceea ce este el?"

Când pui problema așa, ce mai înseamnă puțin păr pe față?

În loc să apreciezi un bărbat pentru calitățile lui unice și bărbătești, prea multe soții se tot plâng soților, prietenelor, vecinilor, familiei și uneori și copiilor.

O ascultătoare m-a întrebat recent dacă a greșit atunci când și-a mărturisit nemulțumirea față de soțul ei fiului său de zece ani. Spunea că soțul era convins că procedase așa pentru a-l atrage de partea ei pe copil și pentru a-i submina astfel calitatea de tată. Pentru a se apăra, ea a spus că avea impresia că fiul trebuia să știe și el ce se întâmplă și, a recunoscut ea, dorea să-i câștige simpatia.

Nu numai că asta înseamnă că nu-l respecți pe soț sau pe tată în casa lui, făcându-l să arate prost în ochii familiei, dar este total nepotrivit și reprezintă un comportament abuziv din punct de vedere psihologic să-l împovărezi pe copil cu problemele părinților, obligându-l să renunțe la unul de dragul celuilalt.

I-am sugerat, și ea a acceptat, că trebuia să-i ceară iertare fiului pentru că l-a amestecat în problema lor și, de asemenea, și soțului pentru crearea acestei situații incorecte.

O altă ascultătoare mi-a scris pentru a se confesa în legătură cu faptul că fusese extrem de critică față de soțul ei. Acum și-a dat seama că, deși el nu face lucrurile așa cum ar vrea ea, totuși se achită de sarcini.

„Până la urmă, nu are prea mare importanță dacă mănâncă sendvișuri cu unt de arahide și gem la micul dejun, prânz, cină într-o zi sau că una dintre periuțele de dinți nu este la locul ei, sau orice alt mărunțiș care înainte mă enerva.

Ceea ce contează este că fiii noștri au învățat că tatăl lor este un întreținător extraordinar al familiei, competent și iubitor. Am mai învățat faptul că am dat un exemplu fiilor mei de cum ar trebui să se poarte o soție. Mi-ar plăcea oare să se însoare cu o femeie care se poartă cu ei așa cum m-au văzut pe mine tratându-mi soțul? NU!"

A-i arăta respect soțului în propria sa casă nu numai că îi trimite mesajul că este iubit și apreciat, ci stabilește și modelul de comportament pentru căsniciile celorlalte generații. Nu este destul de important acest lucru?

Becky, o ascultătoare, mi-a scris că mama ei a avertizat-o să nu vină la ea cu nemulțumiri, critici, și să n-o tot bată la cap cu soțul ei.

„Mama, cred eu, mi-a dat cel mai bun sfat: de fapt, îl urmez și astăzi, ca femeie măritată. Ideea generală din spatele cuvintelor ei era simplă: dacă vrei să-l iubesc și să-l respect pe bărbatul cu care te întâlnești și cu care până la urmă te vei căsători, nu veni la mine cu reproșuri despre greșelile și slăbiciunile lui. Poate că vei uita aceste cuvinte și acțiuni destul de ușor; eu, totuși, sunt mama ta și nu-mi place să văd că suferi. Mie îmi va lua mai mult timp să-i accept scuzele decât îți va lua ție."

Becky a recunoscut că la vremea aceea nu era deloc ușor să respecte un asemenea sfat. Atunci voia să împărtășească cuiva toate frustrările ei pe această temă. Totuși, atunci când s-a întâmplat, s-a gândit la ce i-a spus mama ei și și-a dat seama că „nicio izbucnire emoțională nu merită stricarea reputației soțului".

La începutul acestui capitol, am citat-o pe una dintre ascultătoarele mele, Wendi, care spunea: „Este ușor pentru o femeie să iubească: așa a făcut-o Dumnezeu. Este mai dificil pentru ea să arate respect." Este un adevăr trist, dar important. Scrisoarea lui Wendi continua: „Respectul înseamnă să tratezi pe cineva într-o manieră constructivă, niciodată denigratoare sau agresivă."

Ea recunoaște în scrisoare că atunci când s-au căsătorit, acum șaisprezece ani, niciunul nu știa cum să comunice corect, respectuos. Deși, ca și alți tineri căsătoriți, au promis să fie prieteni, căzuseră într-o capcană familiară din prea multă „familiaritate", purtându-se unul față de altul mai rău decât față de niște străini sau simple cunoștințe. Își spuneau că se iubesc, dar acțiunile și cuvintele lor păreau să afirme contrariul.

Până la urmă, apucând-o într-o direcție mai religioasă, mai spiritualizată, Wendi a ales să-și considere soțul un dar de la Dumnezeu, deci un om care merită respect.

„Chiar și atunci când ne era greu, am încercat să trec dincolo de ceea ce se întâmpla și să-l privesc așa cum l-ar fi privit Dumnezeu. Când am început să-i arăt respect soțului meu, el nu mi-a răspuns cu aceeași monedă la început. Și era greu să fac ceea ce-mi cerea Dumnezeu de vreme ca nu întrezăream niciun progres.

Dar Dumnezeu a lucrat asupra inimii lui, i-a vindecat vechile răni și dureri pe care eu i le produsesem, permițându-i să știe că putea avea încredere în mine că-mi voi respecta jurămintele. Schimbarea suferită de soțul meu de atunci a fost spectaculoasă. Suntem o echipă. Ne respectăm reciproc. Încercăm să punem nevoile celuilalt mai presus de cele personale, având încredere că acestea vor fi îndeplinite de celălalt.

A contat faptul că am învățat să trec peste toate și că m-am gândit la iubirea lui Dumnezeu pentru soțul meu. Importantă a fost decizia mea de a-l respecta pe bărbatul pe care mi l-a dat Dumnezeu."

Ce înseamnă, de fapt, în termeni concreți, a-ți trata soțul cu respect? Pentru început, unui bărbat îi place și are nevoie să fi tratat ca și cum el ar fi „bărbatul". Asta pare să fie destul de greu pentru multe femei, în parte pentru că ele au început să apeleze la noțiuni de tip „unisexualitate", o greșeală gravă și o credință distrugătoare în ideea că nu există diferențe între bărbați și femei și că orice ar vrea și ar face bărbații și nu este apreciat de femei este o prostie, timp pierdut și egoism. Ei bine, problema e că bărbații și femeile sunt diferiți din punct de vedere fizic, psihologic, motivațional și temperamental. Oricine a avut contact cu copiii poate spune că băieții și fetele răspund diferit la stimuli, chiar de la început. Dă-le amândurora o păpușă: fata se va juca cu ea, în timp ce băiatul va fi mai degrabă înclinat să o folosească pe post de proiectil sau de armă. Dă-le două păpuși și fata le va pune să aibă grijă una de alta, în timp ce băiatul le va antrena în luptă.

În emisiunea mea, am povestit o experiență care demonstrează clar subtilitățile masculinității și ale feminității în relațiile părintești. Eram la un bazin și mă uitam la o mamă și la un tată care se jucau cu copilul lor. Mai întâi, mama, ținând copilul la piept, îi șoptea, legănându-l. După un timp, i l-a dat tatălui, care l-a

ridicat cu fața în sus. Concluziile mele? Mama înseamnă protecție și hrană. Tatăl înseamnă autonomie și aventură. Este un echilibru perfect, care duce la obținerea unei ființe umane funcționale, autentice.

Când o soție își tratează soțul ca pe unul dintre copiii săi, când îi ignoră sau îi distruge nevoia de autonomie, aventură, risc, competiție, provocare și cucerire, are de-a face cu un mototol ursuz, necooperant, ostil și lipsit de iubire.

Tammy, o ascultătoare, a urmat sfatul tatălui ei, citat anterior: „Te măriți cu un bărbat. Tratează-l mereu ca atare și el se va purta ca un bărbat."

„Am observat că în fiecare aspect al mariajului nostru, serviciu, casă, familie, copii, carieră, David este extraordinar atunci când îl tratez ca pe un bărbat.

Vreau să spun că nu mai e nevoie să-i cer să facă diverse lucruri. Îl rog. Îi sugerez variante și apoi îl las să aleagă. Nu avem niciodată opinii diferite în fața copiilor. Nu am de-a face cu familia lui în situații neplăcute — îl las pe el să se descurce.

Nu fac niciodată nimic pentru a-l determina să se simtă prost sau mai puțin bărbat în fața familiei, a colegilor de serviciu, a copiilor, a vecinilor sau a prietenilor.

Să-ți spun acum ce primesc eu în schimb. Un bărbat care se simte atât de bine în pielea lui, încât poate deveni tandru și iubitor, pentru că nu e niciodată preocupat să-și protejeze orgoliul sau să demonstreze că este «bărbatul casei». Eu fac toate astea pentru el."

Cred că multe femei nu apreciază faptul că sunt răspunzătoare pentru atmosfera din casă și pentru starea întregii familii. Această afirmație nu vrea să găsească

greșeli și să caute vinovați, este vorba doar de puterea incredibilă pe care o au femeile asupra celor din jur. Copiii și soții sunt dependenți de aprobarea, aprecierea și acceptarea mamei. Fără asta, ar fi dezolați și s-ar comporta necorespunzător.

CJ, o altă ascultătoare, mi-a scris că era căsătorită de cinci ani și avea patru copii atunci când au început să apară resentimentele. Era obosită — curățenie, copii, cină, cumpărături, totul! Chiar începuse să-și piardă sentimentul de iubire pentru soțul ei.

Și așa s-a hotărât să-și dezvolte simțul umorului. A început să nu mai fie atât de preocupată de sarcinile casnice și să se concentreze mai mult asupra soțului. Asta se află, desigur, la polul opus față de ceea ce sugerează psihiatrii și revistele pentru femei. Ei recomandă ca atunci când o soție este sătulă de viață, să-și facă timp pentru băi, vacanțe solitare, mai mult timp petrecut cu prietenele, chirurgie plastică, aventuri sau divorț. Totul pentru a căuta împlinirea nevoilor.

Dar CJ s-a hotărât să-și transforme energia în afecțiune și atenție față de soțul ei. Cum au fost împlinite nevoile ei?

„Am început să ignor casa și să-i acord lui mai multă atenție. În loc să-i spun că îl iubesc, i-am spus că îl ador. Îl tot sunam ziua să-i reamintesc asta. Când venea acasă seara, obosit, începeam să-l răsfăț, nu să mă supăr pe el. Când mai era cineva de față, îl lăudam pentru ceea ce făcuse pentru mine și pentru copii. Mereu îi spuneam că era un tată bun.

Mi-am dat seama că EU AM ALES viața asta, deci am apreciat TOT ceea ce aveam, și în curând am ajuns să cred și eu acest lucru!

Poți să spui că e vorba de gâdilarea orgoliului lui, dar a mers. Cu cât îi acordam mai multă atenție, cu atât eram mai răsplătită. Nici el nu era interesat atât de un cămin perfect, cât de o soție care îl adora. Asta am și devenit, și în felul acesta m-am îndrăgostit din nou de soțul meu și de viață.

În schimb, el și-a manifestat dragostea față de mine. Am învățat că DISPOZIȚIA MEA dădea tonul dispoziției din casă."

Oare de când gâdilarea orgoliului unui soț nu mai e acceptată? Probabil, de când feministele au decis că, dacă ai grijă de un bărbat, atunci e vorba de un act de trădare a propriului sex. Prea multe femei au pierdut ocazii minunate de a avea o viață fericită și plină din cauză că au crezut în ideea distructivă că o femeie e mai adevărată dacă îl bagă mai puțin în seamă pe soț.

În cadrul emisiunii, am auzit foarte multe femei care credeau că sunt cumva îndreptățite să-și împlinească toate nevoile, dorințele și capriciile prin intermediul vieții, în general, și al soțului, în special, indiferent de opțiunile acestuia sau de cât de rău își tratează soții.

Cele două mari categorii de nemulțumiri sunt legate de domeniul domestic și de cel emoțional. Kelly, o ascultătoare, i-a răspuns unei femei care spunea că soțul ei nu-i împlinește „nevoile emoționale". Kelly a recunoscut că și ea a fost prinsă în această capcană pe vremea când avea treizeci de ani, dar privește acea perioadă ca fiind un deceniu pierdut, pentru că și-a bătut soțul la cap cu neîmplinirea nevoilor ei emoționale.

„Este o capcană a psihologiei populare și asta are de-a face mai degrabă cu bagajul pe care-l aduce cineva într-o căsnicie decât cu adevărul: căsnicia presupune multă muncă. Iar atunci când vă creșteți împreună copiii, mama stând acasă, soțul trebuie să susțină financiar întreaga familie. Niciodată nu l-am lăudat așa cum se cuvine pe soțul meu pentru faptul că, așa cum ai spus, «s-a luptat cu balaurii» în toți acești ani în care eu am stat acasă, reproșându-i faptul că nu-mi satisfăcea nevoile emoționale."

Perspectiva lui Kelly s-a schimbat atunci când a aflat că are o tumoare pe creier. Soțul ei „lipsit de emoții" a stat nemișcat lângă ea, la spital, timp de trei zile, a devenit și tată, și mamă pentru copiii ei pentru aproape trei luni și s-a descurcat ducându-se în fiecare zi la serviciu pentru a câștiga bani pentru familie. A căpătat convingerea clară că Dumnezeu face ceea ce trebuie pentru a te atenționa din când în când, și ea a învățat această lecție.

A început să-și aprecieze și să-și iubească soțul. A învățat să respecte abordarea lui masculină a vieții, familiei, provocărilor și a problemelor.

Bărbații salvează, repară, aduc bani, protejează. Bărbații nu stau pe scaun, nu rumegă ideile și apoi o iau de la capăt. Bărbații sunt activi și proactivi. Ei fac totul din dragoste, din obligație, responsabilitate și caracter. Acest lucru trebuie respectat și apreciată dacă o femeie vrea să aibă o căsnicie fericită cu un bărbat bun. Un bărbat bun asta este — un bărbat. Un bărbat bun nu e cea mai bună prietenă.

Stephanie, o ascultătoare, mi-a scris:

„Sunt atât de încântată că cineva a atins până la urmă această problemă! Nu mi-am dat seama cât de distructivă eram față de căsnicia noastră până când nu te-am auzit spunând de câteva ori că partenerului care alege

să stea acasă cu copiii îi revine responsabilitatea să gătească, să facă curățenie, să spele și să îndeplinească toate acele sarcini cotidiene care fac să meargă o gospodărie, în așa fel încât celălalt să se poată duce la serviciu și să câștige bani pentru a-și ajuta familia."

Stephanie era căsătorită de aproape doi ani și avea un băiețel de nouă luni. Nu i-au trebuit decât câteva luni pentru a se simți plină de resentimente față de ceea ce considera ea a fi „libertatea" soțului, comparativ cu ideea că se simțea legată de casă. Nu vorbea niciodată de sentimentele ei; în schimb, îi spunea mereu soțului că „nu are chef de sex".

Ea, ca și multe alte femei, și-a dat seama că e greu să renunți la serviciu, din moment ce se definea pe ea însăși prin poziția pe care o avea în cadrul companiei. Îi lipseau complimentele zilnice și telefoanele primite de la cei care îi cereau părerea. Îi lipseau plăcerea călătoriei, provocările constante și noutățile.

La un moment dat, a avut o revelație: „Sunt mult mai fericită decât merit." Ea descrie o familie care ia împreună micul dejun, prânzul și cina, un soț care e cel mai echilibrat director executiv pe care îl cunoaște.

„Nimic nu este mai important decât căsătoria și fiul nostru. Îl apreciez pe soțul meu mai mult decât va ști el vreodată. De când am avut această revelație, căsnicia noastră s-a schimbat. Este romantică, plină de iubire, de respect și de intimitate.

Cea mai mare speranță a noastră pentru fiul nostru și viitorii noștri copii este de a învăța ce înseamnă să faci parte dintr-o familie, sacrificându-te pentru binele altora, dăruind tot ce ai mai bun. Soțul meu și cu mine vom fi bucuroși atunci când fiul nostru și viitoarea lui soție le vor asigura nepoților noștri același mediu plin de iubire și de inspirație.

Poate că valorile familiale vor deveni din nou populare și va dispărea această nebunie a femeilor care își distrug familiile în dorința de a avea totul la picioare."

Poate că noțiunile feministe legate de putere au împiedicat multe femei să-și dea seama că în viața reală toți facem alegeri și că bucuria adevărată și rostul vieții nu constau în lucrurile pe care le avem sau le facem, ci în sacrificiul și legământul pe care ni le-am asumat. A Zecea Poruncă, care vorbește despre invidie, ne reamintește că nimeni nu poate avea absolut totul. Dacă nu am avea parte de bucuria darurilor și a binecuvântărilor, am crea pe pământ iadul, pentru noi și pentru cei pe care îi iubim.

Jennifer a sunat în timpul emisiunii și s-a plâns de soțul ei, medic la camera de gardă.

JENNIFER: Sunt mamă. Am doi băieți, unul de cinci și altul de trei ani. Soțul meu face ore suplimentare la serviciu pentru a compensa o reducere salarială care a avut loc anul acesta. Nu avem nevoie de bani în plus. Dar am nevoie de el acasă.

DR. LAURA: Pentru ce anume?

JENNIFER: Să fie tată.

DR. LAURA: Când lucrează?

JENNIFER: Lucrează douăsprezece ore pe zi, patru zile pe săptămână și uneori mai este chemat de acasă.

DR. LAURA: Erai conștientă, atunci când te-ai căsătorit, venind dintr-o țară din Europa de Est, că te măriți cu un medic, nu-i așa? Poate că nu ai înțeles în ce constă viața unei soții de medic, adică responsabilitatea personală pentru casă și copii.

JENNIFER: Știu că el cântărește totul după portofel, indiferent dacă are succes sau nu, și că vrea să iasă la pensie mai devreme. Am înțeles asta. E greșit din partea mea să fac ce-mi place atunci când e la serviciu, să mă văd cu sora mea și altele? Asta înseamnă că nu-l susțin dacă nu sunt acasă atunci când vine el?

DR. LAURA: Da, înseamnă că nu-l susții. Du-te să-ți vezi sora, dar întoarce-te la vreme pentru a pregăti o mâncare caldă. Pentru că asta face parte din sarcina ta de a avea grijă de familie, iar el își respectă obligațiile.

JENNIFER: Dar nu avem nevoie de bani în plus.

DR. LAURA: Pentru că încearcă să recupereze banii pe care i-a pierdut la reducerea de salariu, asta înseamnă că este lacom, avar?

JENNIFER: Nu cred asta.

DR. LAURA: Asta am înțeles din ceea ce ai spus. Ești foarte ostilă. Nu te-ai căsătorit cu un tip care lucrează de la nouă la cinci. Te-ai căsătorit cu un bărbat care are o profesie, o menire. Lucrează la urgențe. Asta cere o stare de spirit specială, presupune confruntarea cu situații limită, el liniștește anxietățile oamenilor, vindecă trupuri.

Trebuie să-l susții, pentru că ai un bărbat care are grijă de familia lui și vrea să-i asigure situația financiară. Ceea ce face el seamănă cu ceea ce face un pompier. Tu trebuie să-ți îndeplinești sarcina ta, iar el pe a lui.

Poți să iei copiii și să te duci la un film, în timp ce el curăță sângele și puroiul. Nu te mai văita — ceea ce face el e destul de greu de suportat.

Ai libertatea să faci ce vrei. Când copiii sunt la școală, folosește-ți constructiv timpul. Cred că ar trebui să-i fii mai recunoscătoare. El lucrează pentru ca voi să nu aveți probleme financiare și să fiți independenți, *iar ceea ce* face este o binecuvântare: ajută bolnavii și muribunzii. Cred că trebuie să-i arăți mai mult respect pentru ceea ce face pentru ei, pentru tine, pentru familia ta.

Deci, fă ce vrei toată ziua, dar asigură-te că seara există o mâncare caldă pe care să i-o servești însoțită de un zâmbet și o îmbrățișare atunci când ajunge acasă. Cu cât îl faci să simtă că este dorit în sânul familiei, cu atât o să vrea să fie mai mult acasă.

În sfârșit, un ascultător mi-a trimis copia unei scrisori adresată soției, pe care o compusese până la ora două dimineața. El o consideră o coincidență semnificativă, având în vedere subiectul acestei cărți.

Evident, a încercat să-i comunice sentimentele și gândurile legate de starea și direcția căsniciei lor. Soluția ei rapidă la problemele lor se pare că a fost o vizită de două săptămâni la Disneyland. Lui nu i s-a părut că această călătorie ar fi însemnat miracolul care le-ar fi îmbunătățit mariajul.

Scrisoarea acestui bărbat reprezintă un adevăr universal care a fost negat și pierdut aproape definitiv de o cultură axată pe măsurarea valorilor umane prin intermediul puterii și al banilor. Adevărul este că familia are nevoie de o femeie și de un bărbat, de un soț și de o soție, de un tată și de o mamă mai mult decât are nevoie de puterea egală a doi oameni orientați spre carieră.

El îi scrie soției:

„Învăț tot mai mult, odată cu trecerea timpului, că ești o persoană preocupată de carieră, care n-are habar sau nu înțelege esența a ceea ce înseamnă să fii soție și mamă. Poți să-mi spui că sunt tradiționalist dacă vrei, dar cred cu fermitate că mamele trebuie să-și petreacă

mai mult timp acasă, probabil 100% din timpul lor, pentru a întreține o familie și a forma un cămin.

Mult prea des, ai desconsiderat lucruri importante, ca soție și ca mamă, și care aveau legătură cu familia. Copiii noștri nu se bucură de atenție, educație și disciplină. N-au niciun fel de bun obicei și nu există nicio rigoare în ceea ce fac. Mamele, în opinia mea, sunt niște educatoare care trebuie să-și petreacă cât mai mult timp posibil cu copiii lor pentru a-i învăța anumite lucruri ce le vor fi de folos în confruntarea cu viața. Ca să fiu sincer, până acum nu ai fost o mamă. Copiii noștri au fost lăsați de prea multe ori să se descurce singuri.

Când vine vorba de calitatea ta de soție, nu faci niciun efort. Și cred că nu mă mai iubești. A face dragoste e un lucru care nu te mai interesează de mult.

Mă simt din ce în ce mai puțin interesat de tine și din ce în ce mai puțin motivat să-mi păstrez familia. Am senzația că ești măritată cu serviciul tău și că ești legată mai mult de el decât de noi, ca soție și ca mamă.

Nu pretind că sunt un soț și un tată perfect. Amândoi am muncit mult, dar cred că subestimezi importanța unei mame în familie. Mamele și tații au roluri diferite. Niciodată nu ți-am spus să nu-ți dai doctoratul, dar nu cred că, pe lista ta de priorități se află ceea ce cred eu că e bine pentru noi ca familie în acest moment.

Vreau să te iubesc, să fiu cu tine și să te susțin, dar trebuie să recunosc că simt că ne-am înstrăinat unul de altul și de copii. Nu știu care este răspunsul corect, dar cred că trebuie să începem să stăm mai mult acasă pentru a ne reface relația."

Noțiunea de „roluri fixe" este greu de abordat și controversată. Nu ar trebui să fie așa. Am spus de multe ori în emisiunea mea că femeile au fost denigrate de o parte a mișcării feministe care dezaprobă căsătoria, creșterea copiilor, gospodăria. Oare promiscuitatea, concubinajul, avorturile, ilegitimitatea, orele de vârf și politica de la birou sunt o binecuvântare pentru femei?

Și eu sunt o soție și o mamă care lucrează și apreciez ocazia de a-mi folosi priceperea și talentul de a fi creativă într-un domeniu pe care îl cred plin de importanță. Cu toate acestea, cred că prima și cea mai importantă responsabilitate care îmi revine este aceea de a fi „mama copiilor mei". Îmi adaptez cariera la nevoile familiei, nu invers. Cea mai mare satisfacție a mea în viață mi-o dau un băiat înalt, slăbuț, dar musculos, care îmi spune „Te iubesc" (chiar în fața prietenilor lui) și un soț alături de care mă aflu de aproape douăzeci de ani care încă îmi mai spune „frumoaso".

Cât timp femeile nu țin cont de ceea ce au de oferit ca soții și mame, vor continua să nu-i respecte pe bărbații lor, care sunt soți și tați. Nimeni nu are nimic de câștigat. Nimeni nu e fericit.

TIMPUL PETRECUT CU BĂIEȚII

„O femeie ar trebui să înțeleagă că un soț cinstit, credincios, care se duce la vânătoare, într-o excursie de trei săptămâni, nu îi spune prin asta că nu o iubește. El vrea să ucidă ceva. Nu e nimic complicat aici."

— JOSH

Sabino m-a sunat în timpul emisiunii să mă întrebe cine avea dreptate, el sau soția lui. Situația se referea la un weekend la Seattle pe care îl plănuiseră ca pe o scurtă evadare. Apoi Sabino a apucat să pomenească de această excursie prietenului lui, un vecin căsătorit, care avea copii. Prietenul lui i-a spus că această evadare era o idee bună și s-a oferit să-i însoțească, împreună cu familia, în această excursie. Sabino nu a vrut să-și dezamăgească prietenul, așa că a zis „Bine".

Dar nu era deloc bine pentru soția lui Sabino, care abia aștepta un moment liniștit, intim, personal, numai în familie.

Sabino voia să știe care e opinia mea. Glumea?

Acesta nu era un exemplu de petrecere cu băieții a unui timp legitim, sănătos, chiar necesar. Este un exemplu de comportament insensibil (și prostesc), care demonstrează o lipsă de maturitate și de responsabilitate în cadrul unei căsnicii. Când un bărbat e mai interesat să nu-și dezamăgească prietenul decât soția, teoretic s-a întors în adolescență.

Se părea că Sabino înțelegea lucrurile pe dos. Credea că a fi bărbat însemna să-și înfrunte soția cu prietenii. Dar un bărbat adevărat face invers, știind că asta îi accentuează și îi intensifică masculinitatea, în loc să i-o diminueze, pentru că nu e vorba de imagine, ci de substanță, iar substanța constă în respect și angajament.

Acum, de partea cealaltă, prea multe femei sunt extrem de ostile și de negativiste referitor la nevoia unui bărbat de a petrece un anumit timp cu prietenii. Nu pot să vă spun câte telefoane am primit de la soții total nemulțumite de faptul că bărbații lor vor să petreacă un timp alături de prietenii lor. De regulă, practică un sport (golf, baschet sau baseball), se uită la televizor la emisiuni sportive (ceea ce, în general, include gustări și bere), merg într-o excursie (pentru a pescui, a vâna, a face alpinism) sau se ocupă de ceva plictisitor, de pildă joacă poker (mai multe *gustări* și bere).

De unde vine acest resentiment al soțiilor? Dacă argumentele lor variază destul de mult, chestiunea esențială pare să fie lipsa de siguranță. Această nesiguranță poate fi legată de teama că soților nu le mai place compania lor, ori că, dacă rămân singure, sunt bântuite de gânduri negre sau sunt invidioase pe abilitatea soților de a avea hobby-uri și prieteni, sunt îngrijorate că soții lor, departe de influență și control, ar putea considera că relația și familia nu mai sunt așa cum și-ar dori. De asemenea, multe femei cred că totul în căsnicie și în familie gravitează în jurul lor, altfel nimic nu poate fi valid și acceptabil.

Recent, o femeie m-a sunat în legătură cu soțul ei, militar, care cântă într-o formație. Era supărată pentru că acceptase un contract pentru ziua de Sf. Valentin, fără a se consulta cu ea mai întâi, și a sunat să mă întrebe dacă era normal să fie supărată.

Am întors-o înapoi în timp, înainte de a fi căsătorită, și am întrebat-o dacă atunci soțul ei făcea parte din acea formație. Mi-a spus că formația se înființase atunci când ei erau logodiți.

„Draga mea, i-am spus eu, trebuie să înveți să accepți ce fel de animal ai adus în casă. Nu poți să-ți iei un elefant și apoi să te aștepți să se cuibărească în poala ta și să toarcă."

Asta e o mare problemă pentru multe femei. Ele cred că, după căsătorie, soțul va fi total domesticit și ea va fi stăpâna; biciul îl vor constitui *dorințele și sentimentele ei.* Bărbații acceptă asta până la un anumit punct... după care lucrurile se schimbă.

I-am sugerat să închirieze o cameră la hotelul în care cânta soțul ei în ziua de Sf. Valentin, să se ducă la concertul lui și după aceea să meargă cu el sus, cu lumânări, vin și un neglijeu sexi. I-am reamintit că principala ei dilemă era aceea de a-și accepta propriile opțiuni.

O ascultătoare mi-a scris chiar în legătură cu această dilemă. Totuși, până la urmă, și-a dat seama de ființa pe care a adus-o în casă și a încetat să-l transforme în cel pe care și-l dorea. Și a meritat. Iată ce scria ea:

„Am descoperit că eram nemulțumită de faptul că toate după-amiezile de sâmbătă și duminică și le petrecea jucând golf. Asta a devenit o sursă permanentă de tensiune între noi, până când, în cele din urmă, am avut revelația că nu juca mai mult golf decât în cei doi ani și jumătate în care ne-am întâlnit, dar nu observasem asta decât atunci când am început să locuim împreună.

I-am spus că aveam de gând să-l bat la cap pentru că, în fond, făcând ceea ce-i plăcea, era un soț mai mulțumit și mai fericit.

Acum mă întreabă dacă am ceva împotrivă atunci când stabilește o partidă de golf, joacă mult mai rar și este mult mai atent cu mine — asta pentru că apreciază schimbarea mea de atitudine."

Această soție a fost isteață. S-a gândit la cei doi candidați: candidatul nr. 1, supărat tot timpul, care-i strica viața, ca și pe cea a soțului, prin resentimentele ei permanente; candidatul nr. 2, care acceptă animalul adus în casă și încearcă să-i contureze niște trăsături pozitive. Până la urmă, l-a ales pe nr. 2 și totul s-a schimbat. De ce? Pentru că soțul n-a mai văzut în soție persoana nemulțumită de el. A văzut o soție care-și apreciază bărbatul așa cum este și asta l-a făcut să fie și mai interesat de ea.

Merită să repetăm că bărbații tânjesc după acceptarea, aprobarea și aprecierea, în primul rând, a mamelor, apoi a soțiilor, iar când aceste trei elemente sunt realizate, vor face totul pentru a-și mulțumi soțiile.

Brian, un alt ascultător, îmi scria despre ceea ce considera el că este — nu numai în casa lui — o discriminare referitoare la timpul petrecut separat de soți.

„Când vine vorba de problema prietenilor, de regulă, ea are voie să iasă aproape după bunul ei plac, fără să-i pese câtuși puțin de planurile pe care poate mi le-am făcut și eu. Dar dacă eu vreau să petrec puțin timp cu prietenii, trebuie să mă aștept la o luptă! Ea spune că trebuie să am încredere în ea și să-i ofer libertatea. Totuși, atunci când mingea e în celălalt teren și vreau și eu să petrec puțin timp cu prietenii, îmi spune că ăsta e un semn că nu o mai iubesc sau că nu mai vreau să-mi petrec timpul cu ea. Chiar dacă este invitată și ea!

Simt că asta e o formă de manipulare: lucrurile trebuie să iasă numai cum vrea, fără să-mi ofere și mie același lucru. Pe scurt, ea este aceea care contează."

Și acesta este mesajul pe care îl primesc cei mai mulți soți. Ei încep să-și dea seama că sentimentele, nevoile,

dorințele lor nu sunt relevante pentru soțiile lor sau sunt percepute numai ca niște neplăceri și impedimente pentru motivațiile lor mult mai importante.

Nu în felul acesta păstrezi un bărbat fericit (sau nu-l păstrezi deloc). Așa cum îmi scria un ascultător, Jim:

„Soțiile vor romantism, îmbrățișări, sărutări și surprize. Ar primi toate astea dacă nu i-ar spune soțului că e tâmpit sau că seara petrecută cu băieții a fost un fel de abandonare... sau că patru din o sută șaizeci și opt de ore numai pentru mine înseamnă că sunt egoist."

Faptul că bărbații îmi telefonează în timpul emisiunii pentru a se plânge că nu primesc sprijin din partea soțiilor pentru a petrece puțin timp cu prietenii mă face să-mi dau seama de amploarea frustrării lor prin enumerarea tuturor lucrurilor pe care le fac ei pentru soții și familii, acesta fiind un mod de a se apăra împotriva acuzelor de egoism, neimplicare, neglijență. Acești bărbați sunt implicați în activitățile familiilor, în excursii, treburi pe lângă casă în weekend și seara, oricând este nevoie. Gătesc, spală vasele, repară mașinile, repară casa, tund iarba sau gardul viu, se duc la evenimentele sportive ale copiilor și la școală, se opresc la magazin la întoarcere, stau cu copiii atunci când soțiile vor să se ducă la cumpărături, iau masa cu mama ei sau cu prietenele ori se duc la gimnastică aerobică.

Nu numai că acești bărbați au parte de critici pentru modul precis în care au făcut sau nu au făcut cele de mai sus, dar ei sunt invidiați pentru timpul petrecut cu băieții, de care au nevoie pentru a se descărca, pentru a scăpa de tensiunea nervoasă, pentru a se realimenta cu masculinitatea lor animalică; pe scurt, pentru a se ușura de stresul responsabilităților sau, pur și simplu, pentru a se distra ca să fie sănătoși și fericiți.

De multe ori, soțiile subminează aceste eforturi, programând vizite de familie sau la doctor, plângându-se că sunt bolnave, obosite sau epuizate emoțional în urma unor probleme interpersonale, ori că au nevoie de soții lor acasă.

Cred că femeile vor să-i modeleze pe bărbați după imaginea pe care o au în minte referitor la modul în care trebuie să fie un soț — soțul lor. Asta mă face să revin la metafora „animalului pe care l-ai adus acasă". Adesea, femeile sunt atrase de tipi atletici, cu înclinații muzicale, realizați, implicați, care ies în oraș fără un motiv întemeiat. Fiind atrase de acest tip de bărbați, sunt convinse că pot căpăta valoare și identitate prin asociere cu o astfel de „măreție" și asta e de rău.

O altă ascultătoare, care s-a măritat cu un muzician, ne împărtășește povestea transformării ei.

„În primul rând, eu și soțul meu ne-am căsătorit doar după patru luni de întâlniri, cunoscându-ne mai înainte cam de un an. Era foarte pasionat de muzică, dar nu am crezut că aceasta va ocupa în continuare primul loc în viața lui. Credeam că eu voi fi aceea. Mulți ani, am fost foarte supărată atunci când pleca la repetiții sau concerte. Am avut nevoie de șapte ani pentru a-mi da seama că nu-l puteam schimba. Mi-a spus odată că asta era evadarea lui.

După multe seri de certuri și amenințări cu divorțul, am acceptat faptul că avea nevoie de această evadare. Acum, am învățat să folosesc timpul în care el e plecat pentru a-l petrece după bunul plac. Mi se pare că, atunci când repetițiile sunt anulate și el e acasă,

sunt puțin buimăcită, pentru că nu mai am parte de acel timp al meu.

Suntem căsătoriți de nouă ani și, după ce am ascultat emisiunea ta, am renunțat la multe dintre gândurile mele prostești și mi-am sat seama că soțul meu este într-adevăr bun și iubitor... numai că nu așa cum m-am așteptat eu să fie."

Scrisoarea aceasta prezintă o problemă foarte importantă, și anume aceea că multe femei se așteaptă ca soții să fie mereu legați de capriciile și dorințele lor, dar că viețile lor sunt ca niște scrisori, total dependente de scrisul altcuiva. Cu alte cuvinte, căsnicia nu trebuie să însemne că un partener preia responsabilitatea completă pentru bunăstarea, activitățile sau starea de spirit a celuilalt. Căsnicia înseamnă că împărtășim, dar și că susținem individualitatea necesară sănătății mintale și emoționale a relației.

Fără acest echilibru sănătos, o căsnicie se poate distruge. Tansie, o ascultătoare, îmi spunea că a învățat foarte greu acest lucru:

„Am învățat că soții au nevoie de preocupări, altele în afară de mine! *Ori de câte ori fostul meu soț își vizita frații, surorile sau prietenii fără mine (fapt care dura numai câteva ore, o dată pe lună, sau cam așa ceva), mă plângeam și mă purtam multe zile ca un copil răsfățat! De ce nu voia să-și petreacă cu mine tot timpul? Evident, nu mă iubea!*

După un divorț foarte dureros și multă terapie, am învățat că soții care au prieteni și diverse preocupări sunt mai fericiți. Este un adaos la relația fericită pe care o are cu tine faptul că le susții cu plăcere și relația cu alții și nu te comporți ca un copil răsfățat care vrea să le controleze viețile."

Tansie are acum un nou iubit, căruia îi place să petreacă câteva ore pe săptămână cu prietenii și după aceea e mereu foarte încântat s-o sune și să-i spună cât de bine s-au distrat. Tansie are acum și ea preocupările și prietenele ei și nu mai are pretenția ca bărbatul ei să fie *totul*.

Cinstit vorbind, pentru orice partener dintr-o căsnicie, ca și pentru copii, este necesar, pentru a fi echilibrat și neutru, un anumit timp petrecut în singurătate și în liniște. Dorința și nevoia de a avea acest timp pot varia în funcție de ceea ce se întâmplă în viață, dar, în cele mai multe cazuri, este un bun antidot pentru stres, iar stresul este un produs secundar al obligațiilor, sarcinilor și responsabilităților cotidiene. Gândiți-vă la stres ca la un fel de electricitate statică aflată în creier și în suflet, de care trebuie să scapi fie printr-o meditație liniștită, fie prin schimbarea totală a activității. Nu te priva pe tine și nu-l priva nici pe partenerul tău de această refulare necesară, fără de care viața și căsnicia pot exploda oricând.

Cred că este responsabilitatea ambilor soți să se refacă și să-și reîmprospăteze forțele, pentru a da tot ce au mai bun relației și familiei lor.

Uneori, problema programului poate deveni un troc bine intenționat! Keith, unul dintre ascultătorii mei, îmi scrie:

„Soția mea are preocupări independente de ale mele. Cu alte cuvinte, are prietene, serviciu și nu este total dependentă de mine în ceea ce privește fericirea ei. Când suntem o echipă și lucrăm împreună, ne putem

bucura, de asemenea, și de puțin timp după bunul plac al fiecăruia.

Ideea e că soția îmi permite puțină independență pentru a juca golf din când în când, pentru a mă uita la emisiunile sportive etc. — cu alte cuvinte, mă lasă să am și eu viața mea. Mă târguiesc cu ea în așa fel, încât să mă pot uita sâmbăta la fotbal dacă spăl rufele. Iată un schimb foarte avantajos!

Nu susțin independența totală a partenerilor. Dar cred că unul dintre motivele principale ale succesului nostru este moderarea în ceea ce privește interesele personale, și, în comparație cu alte soții pe care le-am observat, a mea nu are nevoie de mine pentru a se distra timp de douăzeci și patru de ore. Dacă amândoi avem și alte preocupări, devenim mai interesanți unul pentru celălalt."

Nu mi-a scăpat faptul că Keith a folosit verbele „mi-a permis" și „mă lasă" atunci când s-a referit la posibilitățile lui de a avea timp liber. Nu cred că aceste observații sugerează neapărat faptul că e controlat; cred că ele subliniază un adevăr universal pe care l-am menționat de multe ori în carte: bărbații sunt crescuți de femei atunci când sunt copii, sunt îmbrățișați de ele ca adulți și au nevoie de femei pentru a fi adorați și admirați.

Asta îi conferă femeii o putere uriașă asupra bărbatului, o putere de care nu trebuie însă să abuzeze; este foarte ușor ca un bărbat adult să se transforme într-un copil rebel.

În general, femeile au posibilitatea de a rămâne în contact cu semenele lor. Soțiile nu trebuie să-i priveze pe bărbați de necesitatea de a face același lucru. Bărbații au nevoie de puțin spațiu, departe de feminitate și de casă, pentru a confirma o realitate importantă, dar denigrată de societate: masculinitatea de bază, fundamentală, care trebuie respectată. Atunci când bărbații își primesc timpul liber de care au nevoie, atunci când revin la noi sunt mai buni.

Allison, o ascultătoare, s-a împăcat cu această realitate:

„Soțul meu și cu mine avem ceea ce se consideră a fi o căsnicie foarte fericită. În afară de faptul că nu încercăm să ne schimbăm unul pe altul, îl las întotdeauna să petreacă puțin timp cu prietenii. Cel mai adesea, se întâlnesc în garajul nostru (masă de biliard, frigider) ca să joace cărți sâmbăta seara, dar nu în fiecare săptămână. De regulă, nu încep înainte de a se culca copiii noștri, așa că pentru mine nu reprezintă o povară suplimentară.

El muncește din greu toată săptămâna și cred că merită puțin timp pentru a face lucruri bărbătești. De regulă, eu folosesc acest timp pentru a mă bucura de controlul asupra telecomenzii televizorului, pentru a lucra la computer sau pentru a face ceva numai pentru mine.

De asemenea, îmi oferă timp și mie — nu e vorba numai de el.

Cele mai multe soții ale prietenilor lui nu gândesc la fel ca mine și consideră că aceste întâlniri sunt o sursă de nemulțumire.

Cred că, datorită acestui interval de timp, e mult mai relaxat."

Allison e o femeie și o soție deșteaptă.

Acum știți și voi ce trebuie să faceți ca să deveniți niște soții deștepte și fericite.